ПРИНЯТА
решением Педагогического совета

Протокол №__от _____

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБОУ школы-интерната № 22

_____ Иванова И.Ю.

Приказ №__от _____

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат № 22 Невского района Санкт-Петербурга

Рабочая программа
по адаптивной физической культуре
для **4-В** класса
на **2026-2027** учебный год

учитель: Тверезовский В.Г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

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 (2), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. №1026 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 4 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 102 часа в год (3 часа в неделю).

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

Целью занятий по адаптивной физической культуре является повышение двигательной активности детей и обучение использованию полученных навыков в повседневной жизни.

Основные **задачи**:

- формирование и развитие жизненно необходимых двигательных умений и навыков;
- обучение технике правильного выполнения физических упражнений;
- формирование навыков ориентировки в схеме собственного тела, в пространстве;
- укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
- развитие двигательных качеств (быстроты, ловкости, выносливости, точности движений);
- развитие пространственно-временной дифференцировки;
- обогащение словарного запаса.

Воспитательный потенциал предмета «Адаптивная физическая культура» реализуется через:

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений;
- включение в урок игровых технологий, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- использование воспитательных возможностей содержания урока через подбор соответствующих заданий;
- применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командному взаимодействию с одноклассниками.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

Нормативные документы

Программа по адаптивной физической культуре составлена на основании:

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
- Положения о рабочей программе, принятого решением Управляющего совета от 18.03.2025 г., протокол № 4.
- Учебного плана, реализующего адаптированную основную общеобразовательную программу образования обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжелыми и множественными нарушениями развития (вариант 2) на 2026 – 2027 учебный год.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), вариант 2.

На изучение предмета отводится 3 часа в неделю, курс рассчитан на 102 часа (34 учебные недели).

В 2026 – 2027 учебном году: 4 класс – 34 рабочих недели.

Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранным УМК.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса.

Программа ориентирована на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и совершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.
Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности. В целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала данной области обеспечивается формирование целостного представления о единстве биологического, психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

Формы организации учебного процесса:

- игровые занятия;
- предметно-практическая деятельность;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

- элементарная учебная деятельность.

Методы обучения:

- наблюдение;
- устный опрос;
- практическая работа;
- собеседование;
- беседа.

***Средства, используемые при реализации программы**:*

- физические упражнения;
- коррекционные подвижные игры, эстафеты;
- ритмопластика;
- дыхательная и пальчиковая гимнастика;
- упражнения для зрительного тренинга.

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

· консультация;

· практическое занятие.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

Вид учебной деятельности	Форма, режим	Этап изучения материала
Установочные занятия	Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline)	Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса
Самостоятельное изучение материала	Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)	Во время карантина или переноса учебных занятий
Консультирование	Индивидуально или в группе, в режиме online или offline	В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

Контроль	Заочно (в режиме online или offline)	По завершении отдельных тем или курса в целом

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением тестов, интерактивных заданий;
- устный опрос при проведении урока, занятия в режиме online;
- выполнение практического задания (индивидуально или в группах);
- выполнение индивидуального или группового творческого задания;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них.

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводится согласно локальному нормативному акту ОУ.

Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах:

- устный опрос;
- практическая работа;
- собеседование.

Формами промежуточной аттестации (полугодие, год) являются:

- проверочные;
- практические работы;
- тесты;
- творческие работы.

Содержание учебного предмета

Сведения по адаптивной физической культуре

Одежда и обувь для занятий.

Практический материал

Строевые упражнения. Построение с помощью учителя в колонну: по одному, по два; в круг, в шеренгу; повороты по ориентирам.

Общеразвивающие упражнения. Основные положения и движения рук, ног, туловища и головы. Положение стоя, положение сидя, положение лежа. Поднимание рук вперед, в сторону, вверх, поднимание на носки, полуприседания и приседания, наклоны и повороты туловища, перекаты со спины на живот и обратно.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

Игровые упражнения. «Полет бабочки», «Веселые нотки», «Велосипед», «Птица машет крыльями», «Маленькие –большие», «Перекати поле», «Пузырек».

Упражнения на дыхание. Понятие о вдохе и выдохе с движением рук. «Понюхать цветок», «Жук», «Паровоз», «Бычок».

Упражнения для рук, плечевого пояса. Сгибать и разгибать пальцы, хлопать в ладоши перед собой на уровне груди, лица и над головой. Размахивание кистями рук в различных положениях. Сгибание и разгибание рук.

Игровые упражнения. «Сильные пальчики», «Аплодисменты», «Точные ладошки», «Утята», «Плескание в воде».

Упражнения на формирование правильной осанки. Лежа на спине: отведение рук в стороны, вперед, вверх. Сгибание и разгибание ног. Сидя, наклоны туловища вправо, влево, вперед, назад. Стоя у вертикальной стены, прижавшись затылком, спиной, ягодицами и пятками, поднимание и опускание рук в стороны, вверх вперед; вверх- поочередно и одновременно обе руки. Поднимание согнутой в колене ноги.

Игровые упражнения. «Винтики», «Дровосеки», «Тик-так».

Упражнения для ног. В положении стоя сгибать ногу в коленном суставе. Из положения сидя шевелить пальцами ног; отведение и приведение стопы в сторону, поднимание и опускание стопы.

Игровые упражнения. «Нажми на педаль», «Сорви цветок», «Ванька-Встанька».

Упражнения с предметами (мячи, кубики, кегли). Катание мяча двумя и одной рукой, друг другу, стоя и сидя. Бросание мяча руками снизу и из-за головы. Переноска кубика с места на место, передача кубика из рук в руки. Поднимание рук в стороны, вперед, вверх с кеглями в руках.

Игровые упражнения. «Прокати мяч», «Пирамида», «Построй домик», «Сигнальщики», «Силачи», «Вырасти большим».

Основные движения.

Ходьба. Ходьба за учителем по одному, группой и всем классом. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Ходьба с переменой ноги, по одному и врассыпную. Ходьба, обходя предметы.

Бег. Бег по одному, группой и всем классом в прямом направлении, бег по кругу, за учителем в медленном темпе до 30с. Перебежки по залу по одному, парами и группой.

Прыжки. На двух ногах , на месте и с продвижением вперед. Выпрыгивание вверх.

Ползание и лазание. Ползание на четвереньках по прямой и по доске, положенной на пол. Подлезание под веревочку. Переползание через гимнастическую скамейку, накрытую матом. Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз (высота 1м) удобным для ребенка способом. Передвижение вправо и влево, стоя на рейке гимнастической стенки.

Равновесие. Ходьба по залу с различными положениями рук произвольно и по размеченному коридору (ширина 40см), ходьба с перешагиванием через предметы. Ходьба по доске, положенной на пол, и по гимнастической скамейке со страховкой.

Игры: «Кто быстрее из круга?», «Поезд»,

Подвижные игры: «У ребят порядок строгий», «У медведя во бору», «Утята», «Вот так позы», «Затейливый заяц», «Кошки и мышки», «Рыболов», «Кто быстрее?», «Два мороза», «Салки в кругу».

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

Предполагаемые результаты освоения программы:

Ожидаемые личностные результаты освоения АООП и формируемые базовые учебные действия заносятся в СИПР с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся.

Возможные предметные результаты заносятся в СИПР с учетом индивидуальных возможностей и специфических образовательных потребностей обучающихся, а также специфики содержания предметных областей и конкретных учебных предметов.

Календарно-тематическое планирование

№	Т е м а	Кол-	Дата	Основные виды	Наглядные	Задания

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

		во часов	по плану	по факту	деятельности учащихся (к уроку или по разделам)	пособия, ЭОР	для учащихся
1	Демонстрация – выполнения действий с инвентарем.	1			Коллективная работа. Осваивать действия со спортивным инвентарем	Мячи, кубики, обруч, кегли	Ева - учить построению в круг. Степа- держаться за руки в кругу. Дарья -учить построению в шеренгу. Аяна - учить построению в круг, держась за руки. Ярослав -учить построению в колонну. Андрей, Максим - учить построению в круг, руки в стороны.
2	Демонстрация выполнения действий с инвентарем.	1			Осваивать игровые действия.	Мячи, кубики, кегли	Ева - уметь бросать мяча в пол и в стену и ловить. Степан - переносить кубики и кегли в обруч. Дарья - уметь бросать мяч партнеру и ловить его. Ярослав - уметь поменять кубики на кегли в обручи. Аяна - ходьба и броски с мячом по кругу. Андрей, Максим - учить попаданию мячом в кеглю.
3	Обучение построению в круг.	1			Осваивать строевые упражнения		Ева - учить ходить вдвоем, без рук, находить свою пару. Степан - уметь ходить друг за другом по линиям. Дарья - учить подходить к различным ориентирам. Аяна - уметь ходить друг за другом по линиям, по кругу. Ярослав - встать в пару, держась за руки. Андрей, Максим - учить построению в круг.
4	Обучение ходьбе и упражнениям	1			Осваивать	Кубики,	Ева - учить пройти между предметами, руки

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

	в равновесии по линиям, с различным положением рук.				ОРУ.	кегли, мячи	на пояс. Степан - учить пройти по линиям спортивного зала, руки на пояс. Дарья- учить пройти по линиям спортивного зала. Ярослав - учить ходьбе, руки вперед. Аяна - учить ходить по кругу с различным положением рук. Андрей, Максим - учить ходьбе руки за голову.
5	Обучение ходьбе с различным положением стоп и различными предметами в руках.	1			Осваивать упражнения с предметами.	Игрушка, мяч	Ева - учить пройти с между предметами Степан - учить идти в заданном направлении на носочках, руки за голову. Дарья - учить пройти с мячом по залу. Ярослав - учить пройти на носочках руки за голову. Аяна – ходить, высоко поднимая колени. Андрей, Максим- учить ходьбе на носках.
6	Обучение перешагиванию через предметы. Обучение приставным шагам.	1			Выполнять перешагивания через предметы	Скамейка, мячик, веревочка	Ева - учить перешагивать через скамейку, ходьба по скамейке. Степан -учить перешагивать через мячик, по скамейке. Дарья- учить перешагивать через веревочку руки на поясе. Ярослав - учить перешагивать через мячик, по скамейке пристанным шагом. Аяна - ходить пристанными шагами по веревочке. Андрей, Максим - учить ходьбе приставными шагами.
7	Обучение технике упражнений с различным положением рук.	1			Выполнять действия с различным положением.	Скамейка	Ева - учить выполнять руки в стороны, вперед, вверх - сидя на скамейке. Степан - учить выполнять повороты и наклоны головы сидя, стоя.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

					рук.		Дарья - учить выполнять руки вверх, сидя на полу. Ярослав - учить выполнять повороты и наклоны головы сидя, руки за голову, стоя руки на поясе, лежа. Аяна - выполнять повороты головы стоя, руки на пояс. Андрей, Максим -учить наклонам вперед и назад.
8	Обучение движениям головой в положении стоя.	1			Выполнять действия в различных положениях тела.		Ева - уметь выполнять наклон головы вправо, влево в положении сидя. Степан - меть выполнять «круговые» движения головой по часовой стрелке. Дарья - уметь выполнять «круговые» движения головой по часовой стрелке Аяна - в положении лежа, руки к «плечам». Андрей, Максим - учить движениям головой в положении сидя.
9	Обучение движениям головой в положении стоя.	1			Выполнять действия в различных положениях тела.	скамейка	Ева - уметь выполнять наклон головы в положении лежа - вправо, влево, наклон, вперед. Степан - уметь выполнять «Круговые» движения головой по часовой стрелке и против часовой стрелки сидя на скамейке. Дарья - уметь выполнять наклон головы вправо, влево, наклон вперед. Ярослав - уметь выполнять наклон головы вправо, влево, наклон вперед. Аяна - стоя на скамейке повороты головы вправо и влево. Андрей, Максим - учить движениям головой в положении лежа.
10	Обучение ходьбе под музыку.	1			Осваивать		Ева - уметь выполнять руки вытянуть вперед,

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

					ходьбу под музыку.		назад, вверх, в стороны. Степан - уметь выполнять ходьбу с различным положением рук под музыку умеренного темпа. Дарья - уметь выполнять ходьбу и бег по музыку. Ярослав - уметь выполнять ходьбу с различным положением рук под музыку умеренного темпа. Аяна - ходьба под музыку высоко поднимая колени. Андрей, Максим-учить работе рук при беге.
11	Обучение бегу за учителем в разных направлениях.	1			Осваивать бег в разных направлениях.	Кегли	Ева - уметь выполнять бег по ориентирам по залу. Степан - выполнять ходьбу, с переходом на бег по ориентирам по залу под музыку. Аяна - ходить, бегать по ориентирам по залу под музыку. Дарья -уметь менять направление движения при ходьбе приставными шагами, правым и левом боком. Ярослав - выполнять за учителем ОРУ под музыку. Андрей, Максим -учить ходьбе приставными шагами под музыку.
12	Обучение бегу за учителем в разных направлениях.	1			Осваивать бег в разных направлениях	фишки	Ева - уметь выполнять бег по ориентирам по залу. Степан -уметь повторять по показу ОРУ Дарья -уметь выполнять ходьбу с переходом на бег. Ярослав -уметь выполнять ходьбу с переходом на бег по ориентирам по залу. Аяна -ходьба пристанными шагами под

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							музыку. Андрей, Максим -учить ходьбе приставными шагами под музыку.
13	Обучение различным прыжкам на месте.	1			Осваивать технику прыжков.		Ева -учить прыжкам на одной ноге. Степан -учить выполнять показ за учителем. Дарья -учить прыжки по показу за учителем. Ярослав -учить выполнять прыжки на одной ноге. Аяна -прыжки с ноги на ногу на месте. Андрей, Максим -учить прыжкам на одной ноге.
14	Обучение броскам мяча вверх. Дыхательные упражнения.	1			Выполнять действия с мячами	мячи	Ева - учить бросать мяч, в стенку из-за головы. Степан -уметь бросать мяч в пол и поймать, двумя руками. Дарья - учить бросать мяч, поймать двумя руками. Ярослав -учить бросать мяч в пол и поймать двумя руками. Аяна -бросок мяча двумя руками в стенку. Андрей, Максим - учить бросать мяч, в стенку из-за головы.
15	Обучение броскам мяча вверх. Дыхательные упражнения.	1				мячи	Ева -учить бросать мяч в пол. Степан - учить бросать мяч в пол и поймать двумя руками. Дарья -учить бросать мяч в стену и поймать двумя руками. Ярослав -учить бросать мяч из-за головы и от груди в пол и поймать. Аяна -броски и ловля мяча в пол. Андрей, Максим -учить броскам и ловле мяча в пол.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

16	Обучение прокатыванию мяча. Дыхательные упражнения.	1				мячи	Ева - учить выполнять отбивание мяча от партнера. Степан -учить выполнять прокатывание мяча друг другу. Дарья -учить выполнять прокатывание мяча наклонившись. Ярослав -учить выполнять прокатывание мяча наклонившись. Аяна -прокатывание мяча партнеру сидя. Андрей, Максим -учить прокатыванию мяча по ориентирам.
17	Обучение прыжкам на одной, на двух ногах.	1				Гимнастическая стенка	Ева - учить прыжкам на одной ноге. Степан -учить прыжкам на одной ноге, держась за стенку. Дарья -обучать прыжкам на двух ногах, держась за стенку. Ярослав -учить прыжкам на двух ногах и на одной, держась за гимнастическую стенку. Аяна -учить прыжкам на двух ногах на месте. Андрей, Максим -учить прыжкам поочередно на левой и правой ногах.
18	Обучение бегу в медленном темпе и переходу на шаг.	1			Менять интенсив-ность работы.		Ева -учить медленному бегу, переходу на шаг и снова на бег. Степан -учить медленному бегу и переходу на шаг с мячом в руках. Дарья -учить медленному бегу и переходу на шаг. Ярослав -учить чередованию медленному бегу и переходу на шаг. Аяна -учить медленному бегу вслед за учителем. Андрей, Максим -учить медленному бегу с соблюдением дистанции.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

19	Развитие внимания, мышления.	1			Осваивать игровые действия.	мячи	Ева -учить выполнять ускорение. Степан -учить выполнять упражнения на гибкость. Дарья -учить выполнять перекатывать мяч вдоль стены. Ярослав -учить выполнять ведение мяча с продвижением. Аяна -прокатывать мяч, сидя, по коридору. Андрей, Максим-учить бегу в различном темпе.
20	Обучение игре с пролезанием через обруч.	1			Осваивать игры с предметами	Мячи, обручи	Ева -учить выполнять бросок мяча в обруч. Степан -учить пролезанию через обруч. Дарья -учить перешагивать обручи. Ярослав -учить прокатывать обруч по залу. Аяна -выполнять игру с обручем «Переправа». Андрей, Максим -учить перешагиванию через обруч.
21	Обучение игре с пролезанием через обруч.	1			Осваивать различные игровые действия	Скамейка, мячи, мел, обруч	Ева - учить выполнять упражнения с преодолением препятствий на скамейке. Степан -учить выполнять упражнения с преодолением препятствий (мяч). Дарья -учить перешагиванию через линии зала. Ярослав -учить выполнять упражнения с преодолением препятствий (обруч). Аяна -учить построению в колонну. Андрей, Максим -учить ходьбе по линиям, руки в стороны.
22	Обучение игре с пролезанием через обруч.	1				скамейка	Ева - учить упражнениям на внимание стоя. Степан -учить выполнять упражнения на внимание сидя. Дарья -учить выполнять упражнения на

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							внимание на скамейке. Ярослав -учить выполнять упражнения на внимание по показу. Аяна -запоминать 2 упражнения в игре на внимание Андрей, Максим -учить повторять за учителем упражнения на внимание.
23	Обучение технике преодоления препятствий.	1				мячи	Ева - учить выполнять упражнения с мячом с партнером. Степан -учить броски мяча вдаль. Дарья -учить играть вместе с учащимися. Ярослав -учить бегу с мячом в руках. Аяна -бросать большой мяч в цель. Андрей, Максим -учить броскам в цель.
24	Обучение технике преодоления препятствий.	1				обручи	Ева - учить выполнять упражнения с обручами. Степан -учить выполнять упражнения с обручами Дарья -учить выполнять упражнения с обручами. Ярослав -учить выполнять упражнения с обручем. Аяна -перешагивать через обруч. Андрей, Максим -учить упражнениям с обручем.
25	Обучение технике преодоления препятствий.	1				Скакалка, мешочек с песком, гимнастическая палка, скамейка.	Ева - учить выполнять упражнения со скакалкой, мешочек с песком. Степан -учить выполнять упражнения с гимнастической палкой. Дарья –учить выполнять упражнения с гимнастической палкой. Ярослав -учить выполнять упражнения на гимнастической стенке.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Аяна -учить выполнять упражнение на осанку у стенки. Андрей, Максим -ходьба по гимнастической скамейке, руки в стороны.
26	Обучение строевым упражнениям в движении.	1					Ева -учить развитию координации при поворотах. Степан -учить сохранять осанку. Дарья - учить развитию внимания в игре. Ярослав -учить упражнениям для рук. Аяна -учить упражнениям для плечевого пояса. Андрей, Максим- учить упражнениям с различным положением рук на месте.
27	Обучение строевым упражнениям в движении.	1			Осваивать технику строевых упражнений	Мячи, кегли, обручи.	Ева - учить попадать мячом по кеглям. Степан -учить выполнять упражнения с кеглями. Дарья -учить выполнять броски с малыми мячами. Ярослав -учить выполнять упражнения с кеглями. Аяна -попадать мячом по кеглям, на расстоянии 5 метров. Андрей, Максим-учить попаданию мячом в обруч.
28	Обучение метанию в горизонтальную цель.	1					Ева - учить наклону вперед. Степан -учить наклону назад. Дарья –учить развитию гибкости, повороты туловища. Ярослав -учить узнавать кто из детей говорит, стоя за спиной. Аяна -узнавать и называть детей по имени. Андрей, Максим- учить наклонам вперед.
29	Обучение метанию в	1			Соблюдать		Ева -учить упражнениям на внимание.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

	горизонтальную цель.				технику безопасности при ОРУ.		Степан - учить развитию внимания у детей во время игры. Дарья -учить развитию внимания у детей во время игры. Ярослав -учить сгибать и выпрямлять руки вперед. Аяна -сгибать руки в локтях. Андрей, Максим - учить сгибанию рук к плечам.
30	Обучение метанию в горизонтальную цель.	1			Освоение игровой деятельности.	фишки	Ева -учить развитию координации движений во время игры. Степан -учить координации движений во время игры. Дарья -учить развитию координации движений во время игры. Ярослав -учить развитию координации движений во время игры. Аяна -учить поворотам по ориентирам. Андрей, Максим -учить поворотам на месте вправо и влево.
31	Обучение чувству ритма в упражнениях и ходьбе.	1			Осваивать чувство ритма.		Ева -учить соблюдению ритма при выполнении упражнений. Степан -учить соблюдению ритма при выполнении упражнений. Дарья -учить соблюдению ритма при выполнении упражнений. Ярослав -учить соблюдению ритма при выполнении упражнений. Аяна -ходьба под ритмичный счет учителя. Андрей, Максим -учить ритмичному выполнению заданий.
32	Обучение чувству ритма в упражнениях и ходьбе.	1				мячи	Ева -учить выполнять старт из положения сидя.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Степан -учить выполнять передачу мяча в эстафете. Дарья -учить выполнять старт из положения стоя. Ярослав -учить выполнять старт из положения лежа. Аяна -соблюдать дистанцию в эстафетах. Андрей, Максим -учить старту из положения стоя.
33	Обучение упражнениям, направленным на развитие гибкости.	1				Кубики, мячи, кегли.	Ева -учить выполнять наклоны сидя на полу. Степан -учить выполнять наклоны назад с помощью учителя. Дарья -учить выполнять наклоны сидя на скамейке. Ярослав -учить выполнять наклоны стоя в обруче. Аяна -выполнять махи ногами вперед. Андрей, Максим -учить упражнению «мостик» с помощью
34	Обучение комплексу утренней гимнастики.	1			Выполнять утреннюю гимнастику.		Ева - научить выполнять упражнения для рук. Степан -научить выполнять упражнения для плечевого пояса Дарья -выполнять упражнения для туловища. Ярослав -научить последовательности выполнения упражнений. Аяна -выполнять упражнения для ног. Андрей, Максим -учить наклонам вперед.
35	Обучение броскам, ловле мяча. Дыхательные упражнения.	1			Осваивать технику игровых действий в эстафетах	Мячи, фишки	Ева-учить правильному броску мяча. Степан -учить правильному положению рук при ловле мяча. Дарья -повторение за учителем различных игровых действий. Ярослав -учить правильному положению рук

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							при ловле мяча. Аяна -бег в эстафете до ориентира и назад. Андрей, Максим -учить ловле мяча.
36	Обучение броскам, ловле мяча. Дыхательные упражнения.	1			Осваивать технику игровых действий в эстафетах	Мячи, фишки	Ева- обучение правильному броску мяча. Степан -обучение правильному положению рук при ловле мяча. Дарья -учить прыжку вверх. Ярослав -обучение прыжкам из стороны в сторону. Аяна - прыжки с продвижением вперед. Андрей, Максим -учить выпрыгиванию вверх, руками взмах.
37	Обучение броскам, ловле мяча в парах. Дыхательные упражнения.	1				мячи	Ева- обучение броску мяча от груди Степан -обучение правильному положению рук при ловле мяча. Дарья –повторение различных игровых действий. Ярослав -учить правильному бегу в эстафетах. Аяна -в эстафете доставить к месту предмет. Андрей, Максим -учить ловле мяча двумя руками.
38	Обучение броскам, ловле мяча в парах. Дыхательные упражнения.	1					Ева -обучение ходьбе в приседе. Степан -обучение ходьбе в полуприседе. Дарья –повторение ходьбы и бега за учителем. Ярослав -учить держаться за пояс ученика в игре Андрей, Максим-играть с учащимися в игру «Поезд». Аяна -учить приседанию.
39	Обучение броскам малого мяча в горизонтальную цель.	1					Ева -учить выбегать из круга по свистку. Степан -учить полуприседу за учителем. Дарья -ходьба в полу приседе за учеником.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Ярослав -учить медленному бегу в полу приседе. Аяна -ходьба в полу приседе. Андрей, Максим -учить выбегать из круга по свистку.
40	Обучение броскам малого мяча в горизонтальную цель.	1			Выполнять действия в положении лежа.	маты	Ева-учить выполнять перекаты вбок. Степан -учить выполнять перекаты вперед. Дарья-учить выполнять перекаты влево. Андрей, Максим -учить выполнять перекаты назад. Аяна -перекат вперед с возвращением в и.п. Ярослав -учить выполнять перекаты вбок.
41	Обучение броскам малого мяча в вертикальную цель.	1			Выполнять действия в положении лежа.	маты	Ева - учить выполнять перекаты вбок. Степан -учить выполнять перекаты вперед. Дарья -учить перекатам назад. Ярослав -учить выполнять перекаты вбок. Аяна -изобразить летящего жука. Андрей, Максим -учить перекатам вперед.
42	Обучение броскам малого мяча в вертикальную цель.	1					Ева -учить упору стоя. Степан -учить равновесию, стоя на одной ноге. Дарья -учить сгибать ногу в колене с опорой. Ярослав -учить упору лежа. Аяна и Андрей, Максим -учить упражнению «велосипед».
43	Обучение броскам малого мяча в вертикальную цель.	1				Скамейки, маты	Ева - учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя. Степан -учить приземляться на две ноги. Дарья -учить приземляться на две ноги согнутые в коленях. Ярослав -учить приземляться на две ноги. Аяна -в игре показать кто какой большой или

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							маленький. Андрей, Максим -учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя.
44	Обучение броскам в стену на заданную высоту.	1				Скамейки, маты	Ева - учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя. Степан -учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя. Дарья -учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя Ярослав -учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя. Аяна -выполнять на вдох руки вверх- выход руки вниз. Андрей, Максим -учить выпрыгиванию с приседа.
45	Обучение броскам в стену на заданную высоту.	1				Скамейка, маты	Ева - учить прыжку со скамейки. Степан -учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя. Дарья -учить приземляться на две ноги, согнутые в коленях на маты со страховкой учителя. Ярослав -учить прыжку со взмахом рук. Аяна -прыжки со скамейки со страховкой. Андрей, Максим -прыжки со скамейки со страховкой.
46	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке	1					Ева -учить удерживать равновесие при передвижении приставными.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

	приставными шагами правым боком с последующим соскоком на две ноги.						Степан -учить удерживать равновесие при передвижении приставными шагами с помощью учителя. Дарья -учить удерживать равновесие при передвижении приставными шагами. Ярослав -учить удерживать равновесие при передвижении приставными шагами с помощью учителя. Аяна -учить ходьбе приставными шагами. Андрей, Максим -учить ходьбе приставными шагами по скамейке.
47	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке приставными шагами левым боком с последующим соскоком на две ноги.	1				скамейки	Ева - удерживать равновесие при передвижении приставными шагами. Степан -учить удерживать равновесие при передвижении приставными шагами с помощью учителя. Дарья- учить удерживать равновесие при передвижении приставными шагами с помощью учителя. Ярослав -учить удерживать равновесие при передвижении по линиям зала. Аяна -соскок со скамейки. Андрей, Максим-учить соскоку с гимнастической скамейки.
48	Обучение ходьбе по гимнастической скамейке приставными шагами правым боком с последующим соскоком на две ноги.	1			Выполнять простые прыжковые упражнения.	скамейки	Ева - учить удерживать равновесие, стоя на одной ноге. Степан -удерживать равновесие при передвижении приставными шагами с помощью учителя. Дарья -учить удерживать равновесие при передвижении приставными шагами с помощью учителя. Ярослав -учить удерживать равновесие, стоя

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							на одной ноге на скамейке. Аяна -повторять ОРУ за учителем. Андрей, Максим -учить удерживать равновесие, стоя на одной ноге на скамейке.
49	Обучение различным упражнениям в положении сидя на гимнастической скамейке.	1			Осваивать упражнения на гимнастической скамейке.	Кегли, мячи	Ева -- выполнять задания с мячом сидя, спина прямая. Степан -учить выполнять упражнения с кеглей сидя, спина прямая. Дарья -учить выполнять упражнения для рук сидя. Ярослав -учить выполнять упражнения для ног сидя, спина прямая. Аяна -выполнять упражнение для кистей. Андрей, Максим -выполнять задания с мячом сидя, спина прямая.
50	Обучение различным упражнениям в положении сидя на гимнастической скамейке.	1				скамейка	Ева - учить выполнять упражнения, сидя на скамейке, спина прямая. Степан - учить выполнять упражнения стоя на скамейке, спина прямая. учить выполнять упражнения сидя. Дарья -учить выполнять упражнения сидя, спина прямая. Ярослав -сидя на скамейке упор руками, ноги вместе. Андрей, Максим и Аяна - учить выполнять упражнения, сидя на скамейке, спина прямая.
51	Обучение различным упражнениям в положении сидя на гимнастической скамейке.	1				мячи	Ева -учить выполнять упражнения для плечевого пояса сидя. Степан -учить выполнять упражнения для мышц головы сидя. Дарья -учить выполнять упражнения с мячом сидя. Ярослав -учить выполнять упражнения с

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							большим мячом сидя. Аяна -в игре бежать только за своим партнером. Андрей, Максим -учить выполнять упражнения для плечевого пояса
52	Обучение бегу с захлестом голени.	1					Ева - учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Степан -учить касаться пятками ягодиц. -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Дарья -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Ярослав -ходьба по кругу, высоко поднимая колени. Аяна -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя.
53	Обучение бегу с захлестом голени.	1					Ева - учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Степан -учить касаться пятками ягодиц. Дарья -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Ярослав -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Аяна -ходьба по кругу, высоко поднимая колени. Андрей, Максим-учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя.
54	Обучение бегу с высоким подниманием колен.	1					Ева -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Степан -учить касаться пятками ягодиц. Дарья -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра по счет учителя. Ярослав -учить касаться пятками ягодиц

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Аяна -учить бегу с «захлестом» голени. Андрей, Максим -учить касаться пятками ягодиц.
55	Обучение бегу «змейкой» по разметке.	1				мел	Ева -учить соблюдать дистанцию. Дарья-учить держаться друг за другом. Степан -учить соблюдать дистанцию Ярослав -учить держаться друг за другом при выполнении заданий. Аяна -выполнять бег «змейкой». Андрей, Максим -учить соблюдать дистанцию.
56	Обучение бегу «змейкой» по разметке.	1				мел	Ева - учить соблюдать дистанцию. Степан -учить держаться друг за другом. Дарья -учить соблюдать дистанцию. Ярослав -учить соблюдать дистанцию. Аяна -соблюдать дистанцию в беге в колонне. Андрей, Максим -учить держаться друг за другом.
57	Обучение лазанью по гимнастической стенке. Упражнения на внимание.	1				Гимнастическая стенка	Ева - учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали. Степан -учить подниматься по гимнастической стенке вверх Дарья -учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали. Аяна - вправо или влево. Ярослав -учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали.
58	Обучение лазанью по гимнастической стенке. Упражнения на внимание.	1				Гтмнастическая стенка	Ева - учить подниматься по гимнастической стенке вправо или влево. Степан -учить подниматься по гимнастической стенке вверх. Дарья -учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали. Ярослав -учить подниматься по

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							гимнастической стенке вверх Аяна- учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали. Андрей, Максим -учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали.
59	Обучение лазанью по гимнастической стенке. Упражнения на внимание.	1				Гимнастическая стенка	Ева - учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали вправо или влево. Степан -учить подниматься по гимнастической стенке вверх. Дарья -учить подниматься по гимнастической стенке. Ярослав -учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали вправо или влево. Аяна -подниматься по гимнастической стенке одноименным способом. Андрей, Максим -учить подниматься по гимнастической стенке по диагонали вправо или влево.
60	Обучение ползанию по матам. Игра.	1			Осваивать ползание.	Гимнастические маты, обручи.	Ева - учить ползать по матам. Степан -учить ползать с по диагонали вправо или влево. Дарья -учить ползать по матам (разноименным способом). Ярослав -учить подниматься ползать по «пластунски» Аяна -учить пролезанию через обруч по матам. Андрей, Максим -учить ползать по матам (разноименным способом).
61	Обучение ползанию по матам. Игра.	1				маты	Ева -учить ползать по матам. Степан - учить ползать по матам . Дарья -учить ползать по матам.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Ярослав -учить ползать по матам (разноименным способом). Аяна -проползать два мата, вперед. Андрей, Максим -учить ползать по матам (разноименным способом
62	Обучение прыжкам вверх и вперед. Дыхательные упражнения.	1					Ева - учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами Степан -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Дарья -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Ярослав -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Аяна -учить прыжку с места, вперед. Андрей, Максим -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами.
63	Обучение прыжкам вверх и вперед. Дыхательные упражнения.	1					Ева -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Степан -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Дарья -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Ярослав -учить выполнять при прыжке толчок двумя ногами. Аяна -выполнять толчок ногами при прыжке. Андрей, Максим -учить прыжку с продвижением вперед.
64	Обучение прыжкам вперед и назад. Игра «Угадай чей голосок?»	1					Ева-учить выпрыгивать из приседа вверх Степан -учить группироваться в позу лягушки. Дарья-учить выпрыгивать вверх. Ярослав -учить группироваться в позу лягушки и выпрыгивать вверх.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Аяна -выпрыгивать вверх из упора присев. Андрей, Максим -учить выпрыгивать из приседа вверх.
65	Обучение прыжкам вперед и назад. Игра «Угадай чей голосок?»	1					Ева -учить выпрыгивать из приседа вверх. Степан -учить группироваться в позу лягушки. Дарья -учить выпрыгивать из приседа вверх. Ярослав -учить выпрыгивать из приседа вверх. Аяна -назвать по имени чей голосок. Андрей, Максим -учить группироваться в позу лягушки и выпрыгивать вверх.
66	Обучение прокатывания мяча между стойками.	1				Мячи, стойки	Ева -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Степан - учить обводить рукой мяч вокруг стойки. Дарья -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками Аяна -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Ярослав -перепрыгивать через мячи. Андрей, Максим -учить прокатывать мяч, сидя партнеру.
67	Обучение гимнастическому элементу «Ласточка». Развитие гибкости.	1			Осваивать упражнения для развития гибкости	Гимнастическая стенка.	Ева - -учить удерживать равновесие, держась одной рукой. Степан -учить удерживать равновесие. Дарья -учить удерживать равновесие, держась одной рукой за опору за опор Ярослав -учить удерживать равновесие, держась одной рукой за опору. Аяна -стоять на одной ноге, руки в стороны. Андрей, Максим -учить удерживать равновесие, держась одной рукой за опору за

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							опору.
68	Обучение гимнастическому элементу «Ласточка». Развитие гибкости.	1			Осваивать упражнения в равновесии	Гимнастическая стенка	Ева -учить удерживать равновесие, держась одной рукой. Степан -учить удерживать равновесие стоя на одной ноге. Дарья -учить удерживать равновесие, держась одной рукой за опору за опору. Ярослав -учить удерживать равновесие, стоя на одной ноге, наклон туловища вперед. Аяна -передавать мяч детям по кругу. Андрей, Максим -учить удерживать равновесие стоя на одной ноге.
69	Обучение гимнастическому упражнению «Корзиночка».	1					Ева - учить лежа на животе, поднимать ноги от пола. Степан - учить лежа на спине, поднимать голову к согнутым в коленях ногам. Дарья -учить в положении лежа, поднимать ноги от пола. Ярослав -учить лежа на животе, поднимать ноги от пола. Аяна -лежа на животе пятками тянуться к затылку. Андрей, Максим -учить лежа на животе, поднимать ноги от пола.
70	Обучение гимнастическому упражнению «Карандашики».	1					Ева-учить передвигаться вперед на животе без помощи рук. Степан учить держать руки плотно к туловищу, ноги вместе. Дарья-учить передвигаться вперед на животе без помощи рук. Ярослав -учить передвигаться вперед на животе без помощи рук. Аяна -перекаты вправо и влево.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Андрей, Максим -учить перекатам в стороны.
71	Обучение гимнастическому упражнению «Карандашики».	1					Ева - учить передвигаться вперед на животе без помощи рук. Степан учить держать руки плотно к туловищу, ноги вместе. Дарья -учить передвигаться вперед на животе без помощи рук Ярослав -учить передвигаться вперед на животе без помощи рук. Аяна -учить ползанию на животе. Андрей, Максим -учить передвигаться вперед на животе без помощи рук.
72	Обучение различным способам бега (приставными шагами правым и левым боком).	1					Ева -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра на месте. Степан учить выполнять бег с захлестом голени. Дарья -учить выполнять бег приставным шагом по показу учителя. Ярослав -учить выполнять бег приставным шагом по показу учителя. Аяна- учить бегу приставными шагами. Андрей, Максим -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра на месте
73	Обучение бегу на 10-15 метров с высокого старта.	1					Ева - учить пробегать 15 метров. Степан учить пробегать 15 метров с высокого старта. Дарья -учить пробегать на скорость 10 метров. Ярослав -учить пробегать 15 метров с высокого старта. Аяна -учить пробегать 10 м со старта. Андрей, Максим -учить пробегать 15 метров с высокого старта.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

74	Обучение бегу на 10-15 метро с высокого старта.	1					Ева-учить пробегать 15 метров Степан учить пробегать 15 метров с высокого старта. Дарья -учить пробегать на скорость 10 метров. Ярослав -учить пробегать на скорость 10 метров. Аяна -бежать 15 метров со старта. Андрей, Максим -учить пробегать 15 метров с высокого старта.
75	Обучение бегу на 15-20 метро с высокого старта.	1					Ева- учить пробегать 20 метров. Степан - учить пробегать 15 метров с высокого старта. Дарья -учить пробегать на скорость 15 метров. Ярослав -учить пробегать на скорость 15 метров. Аяна и Андрей, Максим -учить пробегать 20 метров с высокого старта
76	Обучение медленному равномерному бегу по кругу. Дыхательные упражнения.	1					Ева -учить пробегать 20 метров. Степан - учить пробегать 15 метров с высокого старта. Дарья -учить пробегать на скорость 15 метров. Ярослав -учить пробегать 15 метров. Аяна -учить пробегать 2 круга по залу. Андрей, Максим -учить пробегать 20 метров с высокого старта.
77	Обучение медленному равномерному бегу по кругу. Дыхательные упражнения.	1					Ева -учить правилам игр. Дарья -учить название игр. Аяна -учить играть вместе с детьми. Ярослав -учить прямому бегу в эстафетах. Степан -ходьба с различным положением

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							стоп. Андрей, Максим -учить бегу по прямой дорожке.
78	Обучение медленному равномерному бегу по кругу. Дыхательные упражнения.	1				Мячи, стойки	Ева - учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Степан - учить обводить рукой мяч вокруг стойки. Дарья -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Ярослав -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Аяна -прокатывать мяч по коридору. Андрей, Максим -учить обводить рукой мяч вокруг стойки.
79	Обучение строевым упражнения. Метание мяча по ориентирам.	1				Мячи, стойки	Ева -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками Степан - учить обводить рукой мяч вокруг стойки. Дарья -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Ярослав - учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками. Аяна -учить прыжкам из обруча в обруч. Андрей, Максим -учить обводить мяч вокруг стойки двумя руками.
80	Обучение прокатывания мяча в парах сидя на полу лицом друг к другу.	1				Мячи, стойки	Ева -учить прыжкам с мячом в руках. Степан - учить прыжкам на одной ноге, держась за стенку. Дарья -учить прыжкам на двух ноге, держась за стенку. Ярослав -учить прыжкам на двух ногах, держась за гимнастическую стенку. Аяна -учить догонять в салках.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Андрей, Максим -учить прыжкам на одной ноге, держась за стенку.
81	Обучение прокатывания мяча в парах сидя на полу лицом друг к другу.	1				Мячи, стойки	Ева- учить прыжкам с мячом в руках. Степан - учить прыжкам на двух ноге, держась за стенку. Дарья -учить прыжкам на двух ноге, держась за стенку. Ярослав - учить прыжкам на двух ногах, держась за стенку. Аяна -учить догонять в салках. Андрей, Максим -учить прыжкам на двух ноге, держась за стенку.
82	Обучение прокатывания мяча сидя в парах.	1				Мячи, стойки	Ева -учить выполнять бег с высоким подниманием бедра на месте. Степан - учить выполнять бег с захлестом голени, держась за опору. Дарья -учить выполнять бег приставным шагом по показу учителя. Ярослав -учить выполнять бег приставным шагом по показу учителя. Аяна -выполнять бег приставными шагами. Андрей, Максим -учить выполнять бег с захлестом голени, держась за опору.
83	Обучение прокатывания мяча сидя в парах.	1				Мячи, стойки	Ева -учить правильно держать мяч при прокатывании Степан -учить ведению мяча по прямой. Дарья - учить правильно держать мяч при прокатывании Ярослав - учить вести мяч между стойками Аяна - учить ведению мяча по прямой. Андрей, Максим-учить технике равномерного бега.
84	Обучение прыжкам через	1					Ева -учить прыгать со скамейки.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

	предметы высотой 30см.						Степан -учить прыжку вперед на двух ногах. Дарья –учить прыжку вперед. Ярослав - учить прыжку вперед на двух ногах. Аяна -учить прыжку вперед. Андрей, Максим -учить прыжку вперед.
85	Обучение прыжкам через предметы высотой 30см.	1					Ева - учить прыгать со скамейки. Степан - учить прыжку вперед на двух ногах. Дарья –учить прыжку вперед. Аяна - учить прыжку вперед на двух ногах. Ярослав-учить прыжку вперед. Андрей, Максим -учить прыжку вперед.
86	Обучение преодолению полосы препятствий.	1					Ева - учить пробегать 12 метров. Степан - учить пробегать 15 метров с высоким подниманием бедра. Дарья -учить пробегать на скорость 10 метров с захлестом голени. Ярослав -учить пробегать 12 метров. Аяна -учить равномерному бегу. Андрей, Максим-учить технике бега по кругу.
87	Обучение преодолению полосы препятствий.	1					Ева - строиться в круг. Степан - учить название игр. Дарья -учить ходьбе с переходом на бег. Ярослав -учить играть в игру «День и ночь» Аяна -учить убегать друг от друга. Андрей, Максим -учить ходьбе с переходом на бег.
88	Обучение преодолению полосы препятствий (5 препятствий).	1					Ева - учить пробегать 12 метров. Степан - учить пробегать 15 метров с высоким подниманием бедра. Дарья -учить пробегать на скорость 10 метров с захлестом голени. Ярослав -учить пробегать 12 метров. Аяна -учить равномерному бегу.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Андрей, Максим -учить технике бега по кругу.
89	Обучение преодолению полосы препятствий (5 препятствий).	1					Ева-учить правилам игр. Степан - учить название игр. Дарья -учить играть в игры. Ярослав -учить играть в коллективе. Аяна -учить строиться в шеренгу с дистанцией. Андрей, Максим -учить прыжкам вперед и назад.
90	Обучение преодолению полосы препятствий (5 препятствий).	1					Ева -учить выпрыгивать из приседа вверх. Степан -учить построению в колонну с соблюдением интервала. Дарья -учить выпрыгивать вверх. Ярослав -учить выпрыгивать из приседа. Аяна -учить выпрыгиванию из приседа. Андрей, Максим -учить построению в колонну с соблюдением интервала.
91	Обучение метанию в цель с места.	1					Ева-учить группироваться. Степан -учить выпрыгивать из приседа вверх. Дарья -учить выпрыгивать вверх. Ярослав -учить строиться по парам. Андрей, Максим -учить выпрыгивать из приседа вверх.
92	Обучение метанию в цель с места.	1				мячи	Ева - учить правильному броску мяча в высоту. Степан - учить правильному положению рук при ловле мяча. Дарья -повторение за учителем различных упражнений на осанку. Ярослав-учить правильному броску мяча высоко вверх. Аяна -учить упражнениям для рук. Андрей, Максим -учить правильному броску

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							мяча вверх.
93	Обучение броскам по кольцу с расстояний 2-3м двумя руками из-за головы.	1					Ева - обучение правильному броску по кольцу. Степан - обучение правильному броску по кольцу. Дарья - обучение правильному броску по кольцу. Ярослав - обучение правильному броску по кольцу. Аяна – обучение правильному броску по кольцу. Андрей, Максим - обучение правильному броску по кольцу.
94	Обучение броскам по кольцу с расстояний 2-3м двумя руками из-за головы.	1					Ева - обучение правильному броску по кольцу. Степан - обучение правильному броску по кольцу. Дарья - обучение правильному броску по кольцу. Ярослав - обучение правильному броску по кольцу. Аяна – обучение правильному броску по кольцу. Андрей, Максим - обучение правильному броску по кольцу.
95	Обучение броскам по кольцу с расстояний 2-3м двумя руками из-за головы.	1					Ева - обучение правильному броску по кольцу. Степан - обучение правильному броску по кольцу. Дарья - обучение правильному броску по кольцу. Ярослав - обучение правильному броску по кольцу.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							Аяна – обучение правильному броску по кольцу. Андрей, Максим - обучение правильному броску по кольцу.
96	Обучение бегу на короткие дистанции с высокого старта.	1				мел	Ева - учить ходьбе высоко поднимая колени по беговой дорожке. Степан - ходить по дорожке стадиона. Дарья -учить ходить по дорожке стадиона за руку с учителем. Ярослав -учить ходьбе по беговой дорожке на носках руки на пояс. Аяна -ходить по стадиону по линиям. Андрей, Максим -учить ходьбе по дорожкам стадиона.
97	Обучение бегу на короткие дистанции с высокого старта.	1					Ева - учить равномерному бегу, высоко поднимая колени по беговой дорожке. Степан – бежать медленно по дорожке стадиона. Дарья -учить бегать по дорожке стадиона за руку с учителем. Ярослав -учить бегу по беговой дорожке на переднем своде стопы. Аяна -медленный бег по стадиону за учащимися по линиям. Андрей, Максим -бежать медленно по дорожке стадиона.
98	Обучение бегу на короткие дистанции с высокого старта.	1					Ева -учить равномерному бегу, высоко поднимая колени по беговой дорожке. Степан – бежать медленно по дорожке стадиона. Дарья -учить бегать по дорожке стадиона за руку с учителем. Ярослав -учить бегу по беговой дорожке на

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK) Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

							переднем своде стопы. Аяна -медленный бег по стадиону за учащимися по линиям. Андрей, Максим -учить равномерному бегу, высоко поднимая колени по беговой дорожке.
99	Подвижные игры на свежем воздухе.	1				Фишки, мячи	Ева -учить бегу с предметами по стадиону. Степан - выполнять броски мяча вдаль по предмету. Дарья -пробегать по стадиону за учащимися. Ярослав -бег между фишками. Аяна, Андрей, Максим -бег за катящимся мячом. учить бегу с мячом.
100	Подвижные игры с малыми мячами.	1				Фишки, мячи	Ева --учить бегу по прямой до фишки. Степан -учить бегу с мячом в руках. Дарья -учить броску мяча в цель. Аяна -учить передавать мяч партнеру. Ярослав -учить оббегать фишку. Андрей, Максим - учить броскам мяча на дальность.
101	Эстафеты с бегом.	1				Фишки, мячи	Ева -учить бегу по прямой до фишки. Степан -учить бегу с мячом в руках. Дарья -пробегать по стадиону за учащимися. Ярослав -бег между фишками. Аяна -учить оббегать фишку. Андрей, Максим -учить бегу «змейкой».
102	Подвижные игры и эстафеты.	1				Фишки, мячи	Ева - учить бегу прямой до фишки. Степан - учить бегу с мячом в руках. Дарья -пробегать по стадиону за учащимися. Ярослав -бег между фишками. Аяна -учить оббегать фишку. Андрей, Максим -учить бегу по повороту.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР
28.09.26 18:31 (MSK)
Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 22 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Иванова Ирина Юрьевна, ДИРЕКТОР

28.09.26 18:31 (MSK)

Сертификат 00F7B0269CA44B053D817057B6EDA9EA08
Действует с 27.08.25 по 20.11.26