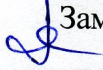
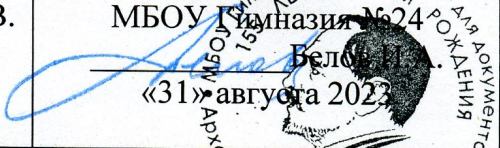


АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД АРХАНГЕЛЬСК»
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского округа
«Город Архангельск» «Гимназия № 24»
имени Бориса Львовича Розинга»
(МБОУ Гимназия № 24)

<p>РАССМОТРЕНА на кафедре воспитательной работы и дополнительного образования Протокол №1 от «30» августа 2023</p>	<p>СОГЛАСОВАНА Зам.директора  Расказова Ю.В. «30» августа 2023</p>	<p>УТВЕРЖДЕНА Директор МБОУ Гимназия № 24 Бело... «31» августа 2023</p> 
---	--	---

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Корректирующая гимнастика»
физкультурно-спортивной направленности.**

Возраст детей, на которых программа рассчитана 7-10 лет.
Срок реализации программы 1 год.

Хованова Елена Валерьевна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Корригирующая гимнастика**» (далее программа) имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана для детей 7-10 лет. направлена на освоения у школьников азов актерского мастерства и сценической речи, с целью развития личностных качеств ребенка, способствует его адаптации в социуме, а также расширению его общего и культурного кругозора.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Федеральный закон Российской Федерации от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»,

Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р),

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629),

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ (приказ Министерства науки и высшего образования РФ и Министерства просвещения РФ от 5 августа 2020 г. № 882/391),

Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда России от 22 сентября 2021г. № 652н),

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242), Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей (письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09),

Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах РФ» (утв. министерством просвещения РФ 30 декабря 2022 года № АБ – 3924/06),

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы в области физической культуры и спорта (ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания) (2021 год),

Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 № ДГ-245/06,

научного учреждения «Институт изучения детства, семьи и воспитания» «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной программы» (2023 год),

Методические рекомендации по подготовке и адаптированных дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ туристско-краеведческой направленности для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов (письмо Министерства просвещения РФ от 20.06.2023 №06-1207),

Письмо министерства просвещения РФ от 19.08.2022 г. «Об адаптированных дополнительных общеразвивающих программах»,

Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28),

Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения городского округа "Город Архангельск" "Гимназия № 24 имени Бориса Львовича Розинга"; и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, обучающихся на занятиях художественной направленности и спецификой работы учреждения.

Актуальность программы

Программа предусматривает широкое использование на занятиях со школьниками спортивных упражнений, что способствует эмоциональности занятий и, как следствие, повышает их эффективность. В качестве спортивных упражнений предлагается использовать наиболее доступные упражнения художественной гимнастики: они имеют ярко выраженный оздоровительный эффект, техника их выполнения способствует развитию статической мускулатуры и требует поддержания правильной осанки, которая в данном виде спорта является рабочей.

Кроме того, для повышения эмоциональности занятий, создания яркого эмоционального фона в программе используются психорегулирующие упражнения, приёмы самоконтроля и самооценки физического и эмоционального состояния. Освоение приёмов самоконтроля влияет и на развитие функции внимания, которая, в свою очередь, позволяет эффективнее выполнять саморегуляцию и способствует повышению работоспособности, снижению энергозатрат организма.

Занятия по программе способствуют приобретению школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве, опыта заботы о младших, опыта самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования, опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие других.

Цель программы

Формирование основ развития психических и физических качеств в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями.

Задачи программы

Развивающие задачи программы:

- ✓ Укрепление опорно-двигательного аппарата детей;
- ✓ Обеспечение разностороннего физического развития учащихся;
- ✓ Укрепление здоровья посредством дыхательной гимнастики;
- ✓ Развитие физических качеств, индивидуальных способностей.

Воспитательные задачи программы:

- ✓ Пропаганда здорового образа жизни, укрепления здоровья, содействие гармоническому физическому развитию занимающихся;
- ✓ Воспитание культуры поведения;
- ✓ Воспитание моральных и волевых качеств;
- ✓ Выработка устойчивого интереса к систематическим занятиям оздоровительной физкультурой.

Отличительные особенности программы

Программа предполагает: реализацию принципа вариативности, задающего возможность подбирать учебный материал в соответствии с возрастными особенностями учащихся; приобретение практических навыков и умений, в том числе и в самостоятельной деятельности; формирование познавательной и предметной активности учащихся; расширение межпредметных связей, ориентирующих на целостное формирование мировоззрения учащихся; усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе выполнения физических упражнений, физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Характеристика обучающихся по программе

У детей 7-10 лет интенсивно идёт развитие опорно-двигательной системы (скелета, суставно-связочного аппарата, мускулатуры). Кости занимающихся 7-10 лет более гибкие и эластичные, легко деформируются. Это приводит к искривлению позвоночника при неправильной осанке. Увеличение двигательной активности детей и подростков ведет к положительным изменениям в костной системе и более интенсивному росту их тела. Занятия укрепляют кости и делают их более устойчивыми к нагрузкам и травмам. Не менее важно то, что физические упражнения, учитывающие возрастные особенности детей, устраняют нарушения осанки. Сердечно-сосудистая система у детей 7 – 10 лет отмечается высокой подвижностью нервных процессов, улучшается координация движений. В процессе развития опорно-двигательного аппарата изменяются двигательные качества мышц: быстрота, сила, ловкость и выносливость. Их развитие происходит неравномерно. Прежде всего, развиваются быстрота (скорость), далее ловкость движений, потом сила и в последнюю очередь выносливость. Упражнения корригирующей направленности прививают детям навык владения собственным телом, что вкпе с общим уровнем развития физических качеств даёт большой эффект в оздоровлении организма.

Структура занятия:

Подготовительная часть-данная часть тренировочного занятия вводит учащихся в работу, которая запланирована, организует их, устанавливает контакт между учащимися и преподавателем. Организм учащегося подготавливается к выполнению предстоящей физической нагрузке, т.е. к выполнению более сложных упражнений основной части занятия. Для содержания первой части занятия характерны строевые и порядковые упражнения, различные виды ходьбы, легкий бег, упражнения на точность реакции, внимание и другие. Данные упражнения воспитывают дисциплину, повышают внимание.

Главная задача этой части занятия - четкая организация учащихся, приобретение ими навыков коллективного действия.

Основная часть- задача основной части занятия - овладение главными, жизненно-необходимыми и специальными навыками, которые содействуют укреплению мышечного корсета и оздоровлению организма. Также предусматривает развитие, и совершенствование ориентировки во времени и пространстве, координации движений, силы, устойчивости, самостоятельности и других психофизических качеств. Наиболее характерны для этой части занятия специальные упражнения. Кроме упражнений для развития общей выносливости, мышечной памяти, применяются упражнения, развивающие творческое мышление.

Заключительная часть- задачи этой части занятия - завершить работу постепенным снижением нагрузки на организм, привести учащихся в более спокойное состояние. Основные средства - медленная ходьба, самомассаж, упражнения на восстановление дыхания.

Ожидаемые результаты и форма их проверки

1.Результаты первого уровня (приобретение социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний об этике и эстетике правильного положения тела в повседневной жизни человека; о принятых в обществе нормах поведения и общения; об основах здорового образа жизни, организации коллективной творческой деятельности; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации о правильной осанке.

2.Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений к родному Отечеству, родной природе и культуре, труду, знаниям, своему собственному здоровью и внутреннему миру. Расширение знаний о корригирующей гимнастике, практических умений, способствующих применению их в своей практической деятельности.

3.Результаты третьего уровня (приобретение опыта самостоятельного социального действия): опыта самообслуживания, самооздоровления и самосовершенствования, опыта самоорганизации и организации совместной деятельности со сверстниками, опыта управления людьми и принятия на себя ответственности за здоровье и благополучие других.

Предметные/обучающие: предметные результаты – уровень освоения воспитанниками базовых понятий о физической культуре, спорте, здоровом образе жизни.

Метапредметные/развивающие: метапредметные результаты – овладение воспитанниками умениями, которые создадут возможность самостоятельно, успешно усваивать новые знания, умения и компетентности, необходимые для дальнейшего совершенствования спортивно-оздоровительной деятельности, укрепление здоровья.

Личностные/воспитательные: личностные результаты – готовность и способность воспитанников к саморазвитию, ценностно-смысловые установки, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности.

Для оценки формирования и развития личностных характеристик воспитанников (ценности, интересы, склонности, уровень притязаний положение ребенка в объединении, деловые качества воспитанника) используется:

- простое наблюдение;
- проведение игр;
- анкетирование;
- психолого-диагностические методики.

Способ оценки соответствуют виду результатов (предметные, метапредметные, личностные)

Способ фиксации - достижения планируемых результатов позволяет отследить динамику (портфель достижений, карты наблюдений, журнал и др.)

Диагностика результатов обучения по программе проводится 3 раза за период обучения: входная диагностика – в начале первого учебного года, промежуточная диагностика - в конце каждого учебного года (раздела/модуля), итоговая диагностика - в конце обучения по программе. При поступлении в объединение новых обучающихся на второй или третий год обучения с ними проводится входная диагностика в индивидуальном порядке.

Диагностика умений проводится по 3-балльной шкале. Входная диагностика:

1 балл

Практически не обладает соответствующими умениями и навыками.

Или/и имеет трудности в использовании инструмента (при выполнении задания) Или/и затрудняется в применении простых приемов работы, доступных данному возрасту.

2 балла

Обладает соответствующими умениями и навыками в начальной степени.

Обладает навыками правильного использования инструментов/материалов начальной степени. Правильно использует простые приемы работы, доступные в данном возрасте.

3 балла

Обладает соответствующими умениями и навыками в отличной степени.

Обладает навыками правильного и быстрого использования инструментов/материалов. Правильно использует простые и сложные приемы работы, доступные в данном возрасте.

Диагностическая карта

В каждом столбце выставляется от 1 до 3-х баллов.

В конце года все баллы суммируются.

Высокий/(продвинутый) уровень освоения программы – от 8 до 9

баллов.

Средний/(базовый) уровень освоения программы – от 4 до 6 баллов.

Низкий/(стартовый) уровень освоения программы – от 1 до 3 баллов.

Группа №__

№	Фамилия Имя	Входная диагностика	Промежуточная диагностика	Итоговая диагностика

Формы контроля и подведения итогов реализации программы

Контроль знаний, умений и навыков по программе проводится согласно «Положению об итоговой (входной) диагностике в рамках реализации дополнительных образовательных программ»

Формами подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы являются представление и защита готового итогового представления, участие в конкурсах различного уровня и другие формы.

Учащимся предлагается 7 контрольных испытаний (тестов) физической подготовленности, 5 из которых учащийся выполняет на выбор:

- гибкость позвоночника: наклон вперед из положения сидя (см. таблицу);
- гибкость плечевых суставов (соединение кистей рук за спиной, одна рука через плечо, другая внизу и наоборот);
- силовая выносливость мышц туловища: в положении лежа на животе удержание туловища (упражнение «Лодочка» 1 мин-2 мин);
- сила мышц ног: прыжок в длину с места (см. таблицу);
- силовая выносливость мышц брюшного пресса: в положении лежа на спине удержание ног, согнутых под углом 45° в тазобедренных суставах (20 сек-1 мин);
- проба на равновесие: стоя на всей стопе одной ноги с закрытыми глазами или на носке одной ноги с открытыми глазами (30 сек-1 мин);
- комплексное тестирование координации движений, скоростной выносливости, силы мышц ног: прыжки через скакалку без учёта времени, без остановок и ошибок, подряд (см. таблицу).

Контрольно-измерительные материалы для проведения промежуточной аттестации учащихся 7-10 лет, занимающихся корригирующей гимнастикой:

Промежуточная аттестация по физической культуре учащихся 7-10 лет, занимающихся корригирующей гимнастикой проводится в форме практической части, соответствующей минимуму умений учащегося 1-4 класса.

Назначение аттестационных тестов: оценить уровень умений по физической культуре, приобретённых в процессе занятий корригирующей гимнастикой в соответствии с ФГОС. Контрольные испытания охватывают содержание курса 1-4 класса. Составлены в соответствии с Федеральным компонентом Государственного стандарта общего

образования, на основе комплексной программы по физическому воспитанию: 1–11 кл. / В. И. Лях, А.А. Зданевич; — М.: «Просвещение», 2011.

Учащийся, показавший минимальный или более высокий уровень умений, получает «зачёт» по промежуточной итоговой аттестации. Учащийся, показавший уровень знаний ниже минимального, - «не зачёт».

Контрольные нормативы:

ТЕСТ		ВОЗРАСТ			
		7	8	9	10
1. ПРЫЖОК В ДЛИНУ	(мал.)	115-155	125-165	130-175	140-185
	С МЕСТА (см)	(дев.)	110-150	125-155	130-160
2. ПРЫЖКИ СО	(мал.)	15	20	25	30
	СКАКАЛКОЙ (раз)	(дев.)	20	25	30
3. НАКЛОН ВПЕРЕД	(мал.)	3-9	3-7,5	3-7,5	4-8,5
	ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ	(дев.)	6-11,5	6-12,5	6-13
	СИДЯ (см)				

Содержание программы

1. Теоретические сведения.
Значение физических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата. Соблюдение правил техники безопасности на занятии. Ознакомление с понятием «осанка», и «плоскостопие». Значение осанки для здоровья. Связь физической культуры с лечебной физкультурой. Физическая нагрузка, её влияние на организм.
2. Плоскостопие, строение голеностопа.
Комплекс упражнений для коррекции «плоскостопия». Общеразвивающие упражнения для стопы. Подвижные игры для коррекции плоскостопия. Комплекс общеразвивающих упражнений. Индивидуальный подбор физических упражнений для укрепления стопы.
3. Осанка, как стать красивым и сильным.
Комплекс упражнений для коррекции «осанки». Общеразвивающие упражнения для коррекции «осанки». Упражнения на осанку. Правильное положение тела при ходьбе. Правильное положение тела в положении стоя. Гимнастические упражнения. Комплекс ОРУ с предметами и без. Индивидуальный подбор физических упражнений для укрепления осанки. Подвижные игры для коррекции осанки.
4. Профилактика сколиоза. Самовытяжение, упражнения на равновесие.
5. Личная гигиена.
Комплекс упражнений утренней гимнастики. Изучение методов закаливания организма.

6. Формирование навыков общения, взаимодействия и поддержки. Здоровье человека и влияние на него физических упражнений. Влияние питания на здоровье. Гигиенические и этические нормы. Подвижные игры (малой подвижности). Подвижные игры. Самостоятельное выполнение рекомендуемых упражнений.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- ✓ Перекладина гимнастическая (пристеночная)
- ✓ Стенка гимнастическая
- ✓ Скамейка гимнастическая жесткая (2м; 4м)
- ✓ Палка гимнастическая
- ✓ Скакалка гимнастическая
- ✓ Мат гимнастический
- ✓ Коврики: гимнастические
- ✓ Кегли
- ✓ Обруч
- ✓ Рулетка измерительная
- ✓ Секундомер
- ✓ Аптечка
- ✓ Мяч малый (теннисный)
- ✓ Мяч гимнастический (1 кг)
- ✓ Мяч волейбольный
- ✓ Утяжелители для ног с креплениями
- ✓ Гантели (1кг, 1,5 кг, 2 кг)
- ✓ Музыкальный центр

Список информационных ресурсов

1. infourok.ru
2. multiurok.ru
3. school-russia.prosv.ru

Учебно-тематический план/ Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		теория	практика	всего	
1	Раздел 1. Теоретические сведения.				
2	<i>Здоровье человека и влияние на него физических упражнений. Здоровый образ жизни. Потребность в движении, как выражение потребности души.</i>	1			Входная диагностика
3	<i>Влияние питания на здоровье. Режим и рацион питания для растущего организма. Питьевой режим школьника. Психогигиена питания. Формирование ценностного отношения к еде и воде как к связующей нити человека и природы.</i>	1			Опрос, тестирование
4	<i>Гигиенические нормы. Гигиенические нормы (гигиенические процедуры до и после занятия, в повседневной жизни; уход за гимнастической формой, за повседневной одеждой, за инвентарем.</i>	1			Опрос, тестирование
5	<i>Этические нормы (нормы поведения на занятиях, до и после них, в повседневной жизни, взаимоотношения с педагогом, с товарищами, помощь начинающим и отстающим, основы бесконфликтного поведения на занятиях и в повседневной жизни).</i>	1			Опрос, тестирование
6	<i>Взаимосвязь гигиенических и этических норм (соблюдение правил гигиены как проявление уважения к окружающим и окружающему миру). Взаимосвязь этических норм и правил техники безопасности (уважительное и бесконфликтное поведение как основа безопасности на занятиях).</i>	1			Опрос, тестирование
	Раздел 2. Общая физическая подготовка.				

1	<i>Упражнения в ходьбе и беге.</i> Строевые упражнения. Упражнения в ходьбе с соблюдением правильной осанки; на носках, пятках, наружном и внутреннем крае стопы; с перекатом с пятки на носок; с высоким подниманием бедра; в полуприседе; сочетание ходьбы с дыханием. Упражнения в беге на месте и в передвижении; на носках; с высоким подниманием бедра; захлестом голени; боком приставным и скрестным шагом; спиной вперед; с различными движениями рук; с подскоками; с изменением темпа.		5		Контрольные упражнения
2	<i>Упражнения для плечевого пояса и рук.</i> На месте в различных исходных положениях; в движении; с предметами (скалками, палками, мячами, обручами); с партнером.		3		Контрольные упражнения
3	<i>Упражнения для ног.</i> На месте в различных исходных положениях; у опоры; в движении; с предметами; с партнером.		3		Контрольные упражнения
4	<i>Упражнения для туловища.</i> На месте в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа на спине, животе, на боку); у опоры; в движении; с предметами; с партнером; в висах и упорах.		3		Контрольные упражнения
5	<i>Комплексы общеразвивающих упражнений.</i> На месте в различных исходных положениях; с чередованием исходных положений; у опоры; в движении; с предметами; с партнером. Формирование эстетического вкуса и проявление творческих способностей учащихся посредством самостоятельного составления комплексов ОРУ (под музыкальное сопровождение).		3		Контрольные упражнения
Раздел 3.					
Специальная физическая подготовка					
1	<i>Формирование навыка правильной осанки. Осанка и имидж.</i> Упражнения в различных исходных положениях; у стены; с закрытыми глазами; с самоконтролем и взаимоконтролем; с предметами. Потребность и навык красивой походки. Осанка, походка и имидж.		3		Контрольные упражнения

2	<i>Укрепление мышечного корсета.</i> Упражнения на месте в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа на спине, животе, на боку); у опоры; в движении; с предметами (палками, резиновыми бинтами); с предметами (скакалками, мячами, обручами); с партнером; в висах и упорах. Развитие силовых качеств.		10		Контрольные упражнения
3	<i>Укрепление мышечно-связочного аппарата стопы и голени.</i> Упражнения у опоры; в движении; с предметами (скакалками, мячами, обручами).		4		Контрольные упражнения
4	<i>Упражнения на равновесие.</i> На месте в различных исходных положениях туловища (вертикальных, наклонных); на носках; с поворотами; в движении; с предметами (палками, скакалками, мячами, обручами); с партнером.		3		Контрольные упражнения
5	<i>Упражнения на гибкость.</i> Воспитание гибкости позвоночника, тазобедренных и голеностопных суставов, гибкости в плечевых суставах с помощью статических и динамических упражнений на растягивание: на месте в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа); у опоры; в движении; с предметами; с партнером. Психологические факторы гибкости (отсутствие психоэмоционального напряжения).		5		Контрольные упражнения
	Раздел 4. Дыхательные упражнения				
1	Упражнения стоя, сидя, в передвижении; упражнения на согласование движений и дыхания; упражнения с задержкой и усилением дыхания; упражнения на развитие носового дыхания.		3		Контрольные упражнения
2	Упражнения на развитие различных типов дыхания (грудной тип, ключичный, брюшной, полное дыхание); комплексы дыхательных упражнений. Формирование ценностного отношения к дыханию.		3		Контрольные упражнения
	Раздел 5. Упражнение на расслабление				

1	Упражнения в различных исходных положениях (лежа, сидя, стоя), в передвижении; активные и пассивные упражнения; локальные и общие; упражнения с партнером.		3		Контрольные упражнения
Раздел 6. Самоконтроль и психорегуляция					
1	Самоконтроль по: общей двигательной активности и самочувствию, ЧСС, частоте и глубине дыхания, по голосу и речи, по особенностям поведения.		2		Контрольные упражнения
2	Психорегуляция (снятие психоэмоционального напряжения, мобилизация). Способы психорегуляции (двигательные, дыхательные, комбинированные, идеомоторные).		2		Контрольные упражнения
Раздел 7. Самомассаж					
1	Назначение массажа (снятие утомления, психоэмоционального напряжения, подготовка организма к выполнению предстоящей деятельности);		3		Контрольные упражнения
2	Гигиенические требования к проведению массажа; приемы массажа в различных исходных положениях массируемого (лежа, сидя, стоя); массаж различных мышечных групп; активные и пассивные приемы массажа.		3		Контрольные упражнения
Раздел 8. Подведение итогов.					
1	Промежуточная аттестация.		1		Промежуточная диагностика/ Итоговая диагностика
2	<i>Физкультурный праздник здоровья.</i> Соревнования по физической подготовке и простейшим элементам гимнастики (с предметами и без). Конкурсы по корригирующей гимнастике и здоровому образу жизни.		1		Контрольные тесты
Итого:		5	63	68	

