

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики


Учреждение образования и архивов Администрации муниципального образования

"Муниципальный округ Дебесский район Удмуртской Республики"

МБОУ Большезетымская ООШ

РАССМОТРЕНО

руководителем экспертно-
предметной комиссией

 Ложкина З.В.

Протокол №1 от «25» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместителем директора по
УВР

 Богданова Ж.В.

Протокол №2 от «30» 08
2023 г.



директором
Безрученко О.А.
приказ № 128 от «30» 08
2023 г.

Адаптированная рабочая программа

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1 дополнительного и 1-4 классов с нарушениями

опорно - двигательного аппарата (вариант 6.2)

Составители:

Агафонова Наталья Евгеньевна
Завицкая Оксана Александровна

Большой Зетым 2023 г

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (пр.МО РФ от 19.12.2014г № 1598);

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Рабочая программа составлена на основе:

- адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с НОДА МБОУ «Большезетымская основная общеобразовательная школа»;

- «Адаптивная физическая культура в работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (при заболевании детским церебральным параличом)» [Текст]: методическое пособие/под ред. А.А. Потапчук. – СПб.: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2003. – 228 с.

- примерной программы для 1 и 1 дополнительного классов по отдельным учебным предметам и коррекционным курсам для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата. Освоение учебного курса возможно с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Цель: обеспечение образования обучающихся с НОДА в соответствии с требованиями ФГОС НОО для детей с ограниченными возможностями здоровья, способствующее развитию их личности в соответствии с принятыми в семье и обществе духовно-нравственными и социокультурными ценностями.

Достижение заявленной цели определяется особенностями курса физическая культура и решением следующих задач:

- Овладение ребёнком с основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации.

- Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.

- Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

- Овладение умениями включаться в доступные и показанные ребёнку подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна.

- Формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в росте физической нагрузки, развитию основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

- Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

На уроках физкультуры решаются следующие **коррекционные задачи:**

1. Развитие различных видов мышления: наглядно-образного мышления; словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).
2. Развитие основных мыслительных операций: умения сравнивать, анализировать; выделять сходство и различие понятий; работать по словесной и письменной инструкциям, алгоритму; умение планировать деятельность.
3. Коррекция – развитие речи: фонематического восприятия; коррекция нарушений устной и письменной речи; коррекция монологической речи; коррекция диалогической речи; развитие лексико-грамматических средств языка.
4. Обеспечение коррекции индивидуальных двигательных нарушений в зависимости от тяжести поражения ОДА.
5. Развитие мелкой моторики и коррекция ее нарушений.
6. Развитие двигательной активности.

В ходе преподавания учебного предмета «Физическая культура» реализуется модуль «Школьный урок» рабочей программы воспитания.

2. Общая характеристика учебного предмета

Реализация цели программы соотносится с решением следующих задач:

- обеспечение в процессе изучения физической культуры в начальных классах школы условий для достижения планируемых результатов освоения ООП НОО всеми обучающимися; повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- создание в процессе изучения физической культуры в начальных классах школы условий для развития личности, способностей, удовлетворения познавательных интересов, самореализации обучающихся, в том числе одаренных;
- создание в процессе изучения физической культуры условий для формирования ценностей обучающихся, основ их гражданской идентичности и социально-профессиональных ориентаций;
- включение обучающихся в процессы преобразования социальной среды, формирования у них лидерских качеств, опыта социальной деятельности, реализации социальных проектов и программ;
- создание в процессе изучения предмета условий для формирования у обучающихся опыта самостоятельной учебной деятельности;
- создание в процессе изучения физической культуры для формирования у обучающихся навыков здорового и безопасного для человека и окружающей его среды образа жизни;
- предоставление возможности обучающимся школы продемонстрировать овладение более высокими (по сравнению с базовым) уровнями достижений выявить динамику роста численности группы наиболее подготовленных обучающихся;
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации; овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). 5

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

- коррекция техники основных движений - ходьбы, перемещение на коляске, бега, перелезания, метания, мелкой моторики рук, симметричных и ассиметричных движений;
- коррекция и развитие координационных способностей - согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации и др.;
- коррекция и развитие физической подготовленности - мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах;
- компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции;
- профилактика и коррекция соматических нарушений, осанки, сколиоза, плоскостопия, дыхательной и сердечно-сосудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм;
- коррекция и развитие сенсорных систем: дифференцировка зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие

устойчивости к вестибулярным раздражениям; дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.п.;

- коррекция психических нарушений в процессе деятельности – зрительно-предметного и зрительно-пространственного восприятия, наглядно-образного и вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.п.

Коррекционно-развивающего обучение заключается в применении следующих методических приёмов:

- при использовании классной доски все записи учителем и учениками сопровождаются словесными комментариями;
- оказывается индивидуальная помощь обучающимся;
- коррекционной направленности каждого урока;
- снижение уровня сложности и объёма заданий;
- в использовании большого количества индивидуальных раздаточных материалов;
- использование более медленного темпа обучения;
- аналитико-синтетический способ преподнесения материала с целью отработки каждого элемента и обеспечения целостного восприятия;
- постоянное обращение к конкретной действительности;
- выявление причинно-следственных связей;
- разделение деятельности на отдельные части, элементы, операции;
- дозированная помощь взрослому;
- многократное возвращение к изученному материалу; постоянное обращение к конкретной действительности;
- объяснение нового учебного материала по частям;
- структурирование изучаемого материала с использованием сигнальных опор;
- детализирование изучения того или иного раздела программы с целью адаптации объёма, характера учебного материала к познавательным возможностям ребенка;
- опора на практические действия с реальными предметами;
- использование инструктивных карточек с описанием пошаговых действий;
- вынесение сложных тем на индивидуальные коррекционные занятия;
- снижение темпа деятельности, увеличение времени для выполнения заданий.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» является обязательной частью учебного плана АООП НОО с НОДА. Курс «Адаптивная физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3ч в неделю (всего 504ч): дополнительном классе- 99 ч, в 1 классе —99ч, во 2 классе — 102ч, в 3 классе— 102ч, в 4 классе— 102ч.

Учебный план

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во часов		
		дополнительный класс	1 класс	2 класс
1	Общая физическая подготовка	25	25	25
2	Гимнастика с элементами акробатики	23	23	24
3	Подвижные игры	28	28	29
4	Легкоатлетические упражнения	23	23	24
		99	99	102

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во часов	
		3 класс	4 класс
1	Общая физическая подготовка	25	25
2	Гимнастика с элементами акробатики	24	24
3	Подвижные игры	29	29
4	Легкоатлетические упражнения	24	24
		102	102

Рабочая программа составлена с учетом национально-регионального компонента образования, в темы включен материал, касающийся истории, культуры, национальных особенностей, способствующий развитию чувства принадлежности к своей родине, своему народу, чувства общности и гордости за свою культуру.

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценностные ориентиры учебного предмета соответствуют основным требованиям ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и АООП НОО:

патриотизм (любовь к России; к своему народу; к своей малой родине; служению отечества)

гражданственность (правовое государство, гражданское общество, долг перед Отечеством, старшим поколением и семьей, закон и правопорядок, межэтнический мир, свобода совести и вероисповедания);

человечность (принятие и уважение многообразия культур и народов мира, равенство и независимость народов и государств мира, международное сотрудничество)

личность (саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самоприятие и самоуважение, достоинство , любовь к жизни и человечеству, мудрость , способность к личному и нравственному выбору);

честь;

достоинство;

свобода, социальная солидарность(свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям, институтам государства и гражданского общества, справедливость, равноправие, милосердие, честь, достоинство (личная и национальная);

доверие (к людям, институтам государства и гражданского общества);

семья (любовь и верность , здоровье достаток, почитание родителей, забота о старших и младших, забота о продолжении рода);

любовь (к близким друзьям, школе и действия во благо их, даже вопреки собственным интересам):

дружба;

здоровье (физическое и душевное, психологическое, нравственное, личное, близких и общества, здоровый образ жизни);

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета

Личностные результаты:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину,

- российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование ценностей многонационального российского общества;
- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
 - 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
 - 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
 - 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
 - 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
 - 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 - 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
 - 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
 - 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- 2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- 3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 4) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- 6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- 7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- 9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- 11) готовность слушать собеседника и вести диалог;

готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

12) определение общей цели и путей ее достижения;

умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и других) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета..

Предметные результаты:

Требования к результатам освоения учебного предмета "Адаптивная физическая культура (АФК)", определяются особенностями двигательного развития детей и медицинскими рекомендациями, достижения обучающихся оцениваются индивидуально.

6. Содержание учебного курса

Основное содержание учебного предмета

Учебный материал составлен с учетом физического развития, моторики, соматического состояния учащихся с НОДА. Он дает возможность оказывать избирательное воздействие на различные дефекты в элементарных движениях учеников и содействует развитию способности организовать сложные двигательные комплексы, особенно те, которые необходимы в учебной и трудовой деятельности.

Весь материал условно разделен на следующие разделы: основы знаний, развитие двигательных способностей (ОФП), профилактические и корригирующие упражнения, гимнастика с элементами акробатики, подвижные и спортивные игры, легкая атлетика.

1. Профилактические и корригирующие упражнения составлены таким образом, чтобы была возможность избирательного воздействия на ослабленные и спастические группы мышц с целью коррекции нарушенных двигательных функций. В самостоятельный подраздел вынесены дыхательные упражнения для расслабления мышц, для формирования функций равновесия, вертикализации, поддержание подвижности суставов, для формирования свода стоп (их подвижности и опороспособности), а также упражнения для развития пространственной ориентировки и точности движений.

Упражнения этих подразделов в силу особой значимости должны быть включены в каждый урок. Независимо от общих задач и содержания его основной части.

2. Раздел «Развитие двигательных способностей (ОФП)» направлен на развитие физических качеств и на формирование возрастных локомоторно-статических функций, необходимых, прежде всего в быту, в учебном процессе и трудовой деятельности, в нем выделены подразделы: построения и перестроения, ходьба и бег, перелизанные и пере ползание, ритмические и танцевальные упражнения. Упражнения с предметами в силу их особого значения для детей, вынесены в данный раздел и представлены большим практическим материалом, который необходимо освоить с учениками для обогащения их двигательного опыта. Это упражнения с гимнастическими палками, малыми мячами, с флажками, обручами. При прохождении программы особое внимание нужно уделять формированию правильной, устойчивой ходьбе, с индивидуальной коррекцией дефектов походки.

3. Из подвижных игр в настоящую программу включены наиболее распространенные игры среди младшего школьного возраста, проводить которые можно по упрощенным правилам в зависимости от состава класса, а также спортивные игры бочка, настольный теннис.

4. Раздел «Легкая атлетика» включает: бег на колясках, метание малого мяча, толкание набивного мяча.

5. Раздел «Гимнастика с элементами акробатики» включает: упоры, седы, группировка, лежа на спине, перекаты в группировке вперед-назад, вправо-влево; ОРУ (общеразвивающие упражнения) на развитие силы мышц туловища и плечевого пояса и мышц нижних конечностей.

6. Раздел «Плавание» включает: основы плавательной подготовки – теоретические знания, упражнения на суше и в воде, общеразвивающие и специальные упражнения «суша», подготовительные упражнения на воде, упражнения, знакомящие детей с водой и ее свойствами. Реализуется в рамках дополнительного образования (проводиться как внеурочная деятельность).

Система адаптивной физической культуры направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, улучшение функциональных двигательных возможностей всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и поддержание здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с учащимися на уроках АФК
- рациональную организацию на уроках АФК
- организацию утренней зарядки, физкультминуток на уроках способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности.

7. Тематическое планирование Дополнительный класс

№\п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности
Раздел 1: «ОФП» – 25 часов			
1	Правила личной гигиены и режима дня школьника; повторение правил техники безопасности на уроках.	1	Пройти инструктаж
2	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	Выполнить физические упражнения, участвовать в подвижных играх.
3	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
4	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	Участвовать в беседе.
5	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	Участвовать в соревновательной деятельности.
6	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	Работать с наглядным материалом.
7	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	Выполнить физические упражнения на прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину.
8	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя; передвижение с преодолением препятствий	1	
9	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	Участвовать в беседе.
10	Выполнение упражнений на развитие силы	1	Выполнить разминку и подводящих упражнений.

	мышц, подвижности суставов и координации.		
11	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	Выполнить тренировочные упражнения Отрабатывать навыки подачи мяча. Участвовать в эстафетах. Выполнить тренировочные упражнения
12	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
13	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
14	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
15	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
16	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
17	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
18	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
19	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
20	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
21	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
22	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
23	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
24	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
25	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
	Раздел 2: «Гимнастика» – 23 час		
26	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах; преодоление различных препятствий; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1	
27	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах;	1	
28	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах;	1	
29	Преодоление различных препятствий; выполнение упражнений в равновесии;	1	
30	Преодоление различных препятствий; выполнение упражнений в равновесии;	1	
31	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах; преодоление	1	

	боком.	
44	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	
45	Выполнение построения и перестроения на месте;	1
46	Передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
47	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
48	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
49	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
Раздел 3: «Подвижные игры» – 28 часов		
50	Знакомство с правилами спортивных игр с мячом, «Бочча», «Напольный теннис»; узнавание спортивных игр с мячом;	1
51	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
52	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
53	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
54	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
55	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
56	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
57	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
58	выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
59	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
60	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
61	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
62	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие	1

	с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	
63	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
64	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
65	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
66	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
67	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
68	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
69	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
70	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
71	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
72	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
73	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
74	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
75	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
76	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
77	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
	Раздел 4: «Легкая атлетика» – 23 часа	
78	Знание и применение на практике техники безопасности при метании; выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; передвижение с преодолением различных препятствий	1
79	Выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; метание мяча в горизонтальные, вертикальные цели; метание на определенное расстояние; выполнение бросков набивного мяча; передвижение с преодолением различных препятствий	1
80	выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; метание мяча в горизонтальные, вертикальные цели; метание на определенное расстояние; выполнение бросков набивного мяча; передвижение с преодолением различных препятствий	1
81	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
82	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
83	Попадание малым мячом в вертикальную и	1

	горизонтальную цели.	
84	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
85	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
86	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
87	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
88	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
89	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
90	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
91	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
92	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
93	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
94	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
95	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
96	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
97	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
98	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
99	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1

1 класс

№п\п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности
	Раздел 1: «ОФП» – 25 часов		
1	Правила личной гигиены и режима дня школьника; повторение правил техники безопасности на уроках.	1	Пройти инструктаж Выполнить физические упражнения, участвовать в подвижных играх. Участвовать в беседе. Участвовать в соревновательной деятельности. Работать с наглядным материалом. Выполнить физические упражнения на прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину.
2	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
3	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
4	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
5	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	
6	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	
7	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	
8	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя; передвижение с	1	

	преодолением препятствий		
9	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	Участвовать в беседе. Выполнить разминку и подводящих упражнений. Выполнить тренировочные упражнения Отрабатывать навыки подачи мяча. Участвовать в эстафетах. Выполнить тренировочные упражнения
10	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
11	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
12	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
13	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
14	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
15	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
16	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	
17	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
18	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
19	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
20	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
21	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
22	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
23	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
24	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
25	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	
	Раздел 2: «Гимнастика» – 23 час		
26	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах; преодоление различных препятствий; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1	
27	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах;	1	
28	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах;	1	
29	Преодоление различных препятствий; выполнение упражнений в равновесии;	1	

	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	
43	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
44	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	
45	Выполнение построения и перестроения на месте;	1
46	Передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
47	Передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
48	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
49	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
	Раздел 3: «Подвижные игры» – 28 часов	
50	Знакомство с правилами спортивных игр с мячом, «Бочча», «Напольный теннис»; узнавание спортивных игр с мячом;	1
51	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
52	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
53	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
54	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
55	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
56	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
57	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
58	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
59	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
60	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение	1

	передачи малого мяча при помощи кегли;	
61	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
62	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
63	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
64	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
65	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли;	1
66	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
67	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
68	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
69	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
70	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
71	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
72	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
73	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
74	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
75	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
76	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
77	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
	Раздел 4: «Легкая атлетика» – 23 часа	
78	Знание и применение на практике техники безопасности при метании; выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; передвижение с преодолением различных препятствий	1
79	Выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; метание мяча в горизонтальные, вертикальные цели; метание на определенное расстояние; выполнение бросков набивного мяча; передвижение с преодолением различных препятствий	1
80	Выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; метание мяча в горизонтальные, вертикальные цели; метание на определенное расстояние; выполнение бросков набивного мяча; передвижение с преодолением различных препятствий	1

81	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
82	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
83	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
84	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
85	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
86	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
87	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
88	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
89	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
90	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
91	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
92	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
93	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
94	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
95	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
96	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
97	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
98	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
99	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1

2 класс

№п\п	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности
	Раздел 1: «ОФП» – 25 часов		Пройти инструктаж
1	Повторение и закрепление правил личной гигиены и режима дня школьника; повторение правил техники безопасности на уроках.	1	Выполнить физические упражнения,
2	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
3	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
4	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя;	1	
5	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	участвовать в подвижных играх.
6	Выполнение строевых упражнений; передвижение с	1	

	преодолением препятствий			
7	Выполнение строевых упражнений; передвижение с преодолением препятствий	1	Участвовать в беседе.	в
8	Выполнение строевых упражнений; самостоятельное принятие ИП и выполнение упражнений по команде учителя; передвижение с преодолением препятствий	1		
9	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	Участвовать в соревновательной деятельности.	в
10	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1		
11	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	Работать наглядным материалом.	с
12	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1		
13	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	Выполнить физические упражнения	на прыжки
14	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	доставанием подвешенных предметов,	с преодолением препятствий,напрыгивание,
15	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1		
16	Выполнение упражнений на развитие силы мышц, подвижности суставов и координации.	1	прыжки глубину.	в
17	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	Участвовать в беседе.	в
18	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1		
19	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	Выполнить разминку	и
20	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	подводящих упражнений.	
21	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	Выполнить тренировочные упражнения	
22	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1	Отрабатывать навыки подачи мяча.	
23	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1		
24	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1		
25	Выполнение упражнений на формирование хватов, силы мышц туловища и конечностей.	1		
	Раздел 2: «Гимнастика» – 24 час		Участвовать в эстафетах.	в
26	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах; преодоление различных препятствий; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1	Выполнить тренировочные упражнения	
27	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение акробатических упражнений; выполнение упражнений в висах;	1		

	гимнастической скамейке прямо, боком.	
43	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
44	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
45	Выполнение построения и перестроения на месте; выполнение упражнений в равновесии; передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	
46	Выполнение построения и перестроения на месте;	1
47	Передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
48	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
49	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
50	передвижение по гимнастической скамейке прямо, боком.	1
	Раздел 3: «Подвижные игры» – 29 часов	
51	Знакомство с правилами спортивных игр с мячом, «Бочча», «Напольный теннис»; узнавание спортивных игр с мячом;	1
52	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
53	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
54	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
55	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
56	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
57	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
58	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
59	Выполнение построения и перестроения на месте; Владение мячом, выполнение остановки, передачи и ловли мяча	1
60	Выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
61	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с	1

	другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	
62	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
63	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
64	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
65	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
66	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
67	выполнение броска мяча сверху; взаимодействие с другими учащимися (игроками); выполнение передачи малого мяча при помощи кегли; «Напольный теннис».	1
68	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
69	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
70	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
71	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
72	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
73	Повторение техники передачи и ловли мяча. Взаимодействие игроков.	1
74	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
75	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
76	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
77	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
78	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
79	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	1
	Раздел 4: «Легкая атлетика» – 24 часа	
80	Знание и применение на практике техники безопасности при метании; выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; передвижение с преодолением различных препятствий	1
81	Выполнение построения и перестроения на месте;	1

	метание мяча на дальность с места; метание мяча в горизонтальные, вертикальные цели; метание на определенное расстояние; выполнение бросков набивного мяча; передвижение с преодолением различных препятствий	
82	выполнение построения и перестроения на месте; метание мяча на дальность с места; метание мяча в горизонтальные, вертикальные цели; метание на определенное расстояние; выполнение бросков набивного мяча; передвижение с преодолением различных препятствий	1
83	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
84	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
85	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
86	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
87	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
88	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цели.	1
89	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
90	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
91	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
92	Метание мяча на дальность в различных ИП	1
93	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
94	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
95	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
96	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
97	Толчок, бросок набивного мяча в цель.	1
98	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
99	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
100	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
101	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1
102	Круговая тренировка. Преодоление полосы препятствий.	1

3 класс

№п/п	Тема	Кол-во часов	Основные виды деятельности
	Раздел 1: «ОФП» – 25 часов		Пройти инструктаж
1	Правила ТБ, личной гигиены. Основы знаний по	1	

	ФК.		Выполнить физические упражнения,
2	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
3	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
4	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	участвовать в подвижных играх.
5	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Участвовать в беседе.
6	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Участвовать в соревновательной деятельности.
7	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Работать с наглядным материалом.
8	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Выполнить физические упражнения на прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий, напрыгивание, прыжки в глубину.
9	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
10	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Участвовать в беседе.
11	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Выполнить разминку и подводящих упражнений.
12	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений	1	Выполнить тренировочные упражнения Отрабатывать навыки подачи мяча.
13	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	Участвовать в эстафетах.
14	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений	1	Выполнить тренировочные упражнения
15	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений	1	
16	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды	1	

	передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений		
17	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
18	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
19	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
20	Элементы строевой подготовки.Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений.	1	
21	Элементы строевой подготовки.Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений.	1	
22	Элементы строевой подготовки.Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений.	1	
23	Элементы строевой подготовки.Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений.	1	
24	Элементы строевой подготовки.Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений.	1	
25	Элементы строевой подготовки.Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений.	1	
	Раздел 2: «Гимнастика» – 24 час		
26	Элементы строевой подготовки.Ознакомление и разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
27	Элементы строевой подготовки.Ознакомление и разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
28	Элементы строевой подготовки.Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
29	Элементы строевой подготовки.Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
30	Элементы строевой подготовки.Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
31	Элементы строевой подготовки.Разучивание	1	

	акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов		
32	Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
33	Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
34	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Простые и смешанные висы. Группировка, перекаты назад.	1	
35	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Простые и смешанные висы. Группировка, перекаты назад.	1	
36	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Простые и смешанные висы. Группировка, перекаты назад.	1	
37	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1	
38	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1	
39	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1	
40	Элементы строевой подготовки. Простые и смешанные висы. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1	
41	Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1	
42	Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1	
43	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	1	
44	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	1	
45	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.		
46	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	1	
47	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1	
48	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1	
49	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1	
50	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1	
	Раздел 3: «Подвижные игры» – 29 часов		
51	Теоретические сведения о спортивных и подвижных играх. ОРУ с мячами.	1	

52	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
53	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
54	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
55	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
56	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
57	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
58	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
59	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
60	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
61	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
62	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
63	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
64	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
65	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
66	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
67	Элементы строевой подготовки.Обучение	1

	прокатыванию и остановке большого мяча.	
68	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
69	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
70	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
71	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
72	ОРУ с большими мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте.	1
73	ОРУ с малыми мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте.	1
74	ОРУ с большими мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте..	1
75	ОРУ с и малыми мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте.	1
76	ОРУ с малыми мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1
77	ОРУ с большими мячами. Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1
78	ОРУ с малыми мячами. Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1
79	ОРУ с большими мячами. Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1
	Раздел 4: «Легкая атлетика» – 24 часа	
80	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1
81	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1
82	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1
83	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1
84	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1
85	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1
86	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1

87	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
88	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
89	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
90	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
91	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
92	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
93	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
94	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
95	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
96	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
97	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	
98	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	
99	Элементы строевой подготовки. Ходьба.	1	
100	Элементы строевой подготовки. Ходьба.	1	
101	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	
102	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	

4 класс

№\п	Тема	Кол-во часов	Виды деятельности
	Раздел 1: «ОФП» – 25 часов		Пройти инструктаж
1	Правила ТБ, личной гигиены. Основы знаний по ФК.	1	Выполнить физические упражнения, участвовать в подвижных играх. Участвовать в беседе. Участвовать в соревновательной деятельности.
2	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
3	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
4	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
5	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и	1	

	движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.		<p>Работать с наглядным материалом.</p> <p>Выполнить физические упражнения на прыжки с доставанием подвешенных предметов, с преодолением препятствий,напрыгивание, прыжки в глубину.</p> <p>Участвовать в беседе.</p> <p>Выполнить разминку и подводящих упражнений.</p> <p>Выполнить тренировочные упражнения Отрабатывать навыки подачи мяча.</p> <p>Участвовать в эстафетах.</p> <p>Выполнить тренировочные упражнения</p>
6	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
7	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
8	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
9	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
10	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
11	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
12	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
13	Элементы строевой подготовки.Основные ИП и движения головы, рук и ног. ОРУ с предметами и без предметов.	1	
14	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
15	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
16	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
17	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные виды передвижений	1	
18	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц.Различные	1	

	виды передвижений		
19	Элементы строевой подготовки. ОРУ с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей, основные виды передвижения. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений	1	
20	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений.	1	
21	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений.	1	
22	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений.	1	
23	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений.	1	
24	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений.	1	
25	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов. Развитие силы мышц. Различные виды передвижений.	1	
	Раздел 2: «Гимнастика» – 24 час		
26	Элементы строевой подготовки. Ознакомление и разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
27	Элементы строевой подготовки. Ознакомление и разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
28	Элементы строевой подготовки. Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
29	Элементы строевой подготовки. Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
30	Элементы строевой подготовки. Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
31	Элементы строевой подготовки. Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
32	Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
33	Разучивание акробатических упражнений. Ознакомление и разучивание различных хватов	1	
34	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Простые и смешанные висы. Группировка, перекаты назад.	1	
35	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Простые и смешанные	1	

	висы. Группировка, перекаты назад.	
36	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Простые и смешанные висы. Группировка, перекаты назад.	1
37	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1
38	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1
39	Элементы строевой подготовки. Акробатические упражнения. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1
40	Элементы строевой подготовки. Простые и смешанные висы. Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1
41	Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1
42	Седы. Упоры. Группировка, перекаты назад.	1
43	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	1
44	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	1
45	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	
46	Элементы строевой подготовки. Обучение выполнению упражнений в равновесие.	1
47	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1
48	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1
49	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1
50	Элементы строевой подготовки. Передвижение по узкой и по повышенной опоре	1
	Раздел 3: «Подвижные игры» – 29 часов	
51	Теоретические сведения о спортивных и подвижных играх. ОРУ с мячами.	1
52	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный). Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе. Взаимодействие игроков.	1
53	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный). Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе. Взаимодействие игроков.	1
54	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные	1

	игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	
55	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
56	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
57	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
58	ОРУ с мячами различной величины. Подвижные игры: «Напольный теннис» (адаптированный).Обучение прокатыванию и остановке мяча в напольном теннисе.Взаимодействие игроков.	1
59	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
60	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
61	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
62	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
63	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	1
64	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
65	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
66	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
67	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
68	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
69	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
70	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
71	Элементы строевой подготовки.Обучение прокатыванию и остановке большого мяча.	1
72	ОРУ с большими мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на	1

	месте.		
73	ОРУ с малыми мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте.	1	
74	ОРУ с большими мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте..	1	
75	ОРУ с и малыми мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте.	1	
76	ОРУ с малыми мячами. Передача и ловля мяча в парах и тройках (на месте). Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1	
77	ОРУ с большими мячами. Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1	
78	ОРУ с малыми мячами. Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1	
79	ОРУ с большими мячами. Ведение мяча на месте. Броски в цель.	1	
	Раздел 4: «Легкая атлетика» – 24 часа		
80	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1	
81	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1	
82	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1	
83	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1	
84	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	1	
85	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
86	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
87	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
88	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
89	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели.	1	
90	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Метание малого мяча в вертикальную и	1	

	горизонтальную цели.		
91	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
92	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
93	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
94	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
95	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
96	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Броски, толчок набивного мяча.	1	
97	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	
98	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	
99	Элементы строевой подготовки. Ходьба.	1	
100	Элементы строевой подготовки. Ходьба.	1	
101	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	
102	Элементы строевой подготовки. Ходьба. Преодоление полосы препятствий.	1	

8. Материально – техническое обеспечение образовательного процесса

Книгопечатная продукция

1. Адаптивная физическая культура в работе с детьми, имеющими нарушения опорно-двигательного аппарата (при заболевании детским церебральным параличом) [Текст]: методическое пособие/под ред. А.А. Потапчук. – СПб.: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2003. – 228 с.
2. А.А. Потапчук, Е.В. Ключкова, Т.Г. Щедрина «Физкультурно-оздоровительные технологии при нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей» – Санкт-Петербург, 2004.
3. Шоо М. Спортивные и подвижные игры для детей и подростков с нарушениями опорно-двигательного аппарата: [Учебное пособие для дефектол. фак. высш. пед. учеб.заведений] : Пер. с нем. / М. Шоо . – Москва: Academia, 2003. – 110 с.

Электронные образовательные ресурсы:

1. Яндекс. Учебник: цифровая платформа для обучения основным школьным предметам: сайт. – 2010.- URL:<https://education.yandex.ru/main/> (дата обращения: 24.08.2021): - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
2. Инфоурок: сайт. -URL:<https://infourok-24.ru/> (дата обращения: 24.08.2021). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
3. Российская электронная школа: бесплатные интерактивные уроки по всему школьному курсу с 1 по 11 класс: сайт. – 2001. - URL: <https://resh.edu.ru/> (дата обращения: 18.08.2021).
4. Интернет урок: библиотека видеоуроков по школьной программе: сайт. – 2009. - URL:<https://interneturok.ru/> (дата обращения: 18.08.2021). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей.
5. ЯКласс: видеоуроки и тренажеры: сайт. - URL:<https://www.yaklass.ru/> (дата обращения:15.08.2021). - Режим доступа: для зарегистрир. пользователей и др.

Печатные пособия

Компьютерные и информационно-коммуникативные средства

Мультимедийные (цифровые) инструменты: учебное видео, обучающие телепрограмм.

Технические средства обучения(ТСО)

1. Компьютер
2. Телевизор
3. Мультимедийная доска
4. Проектор
5. Сканер
6. Принтер
7. Цифровой фотоаппарат
8. Цифровая камера

Приложение 1

Итоговая оценка качества освоения обучающимися АООП НОО

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися с НОДА АООП НОО является достижение предметных результатов и достижение результатов освоения программы коррекционной работы

Проверка знаний, умений и навыков учащихся по адаптивной физической культуре

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся. Успеваемость оценивается по системе «зачет» - «незачет». Главным требованием при оценивании умений и навыков является создание благоприятных условий для выполнения изучаемых упражнений и их качественное выполнение:

- как ученик овладел основами двигательных навыков;
- как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата;
- как понимает и объясняет разучиваемое упражнение;
- как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения;
- как понимает объяснение учителя, спортивную терминологию;
- как относится к урокам;
- каков его внешний вид; соблюдает ли дисциплину.

Критерии оценивания:

Знания

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За незнание материала программы

Техника владения двигательными умениями и навыками

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
1	2	3	4
Движение или отдельные его элементы выполнены	При выполнении ученик действует	Двигательное действие в основном	Движение или отдельные его

<p>правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив</p>	<p>так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок</p>	<p>выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях</p>	<p>элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка</p>
---	---	--	--

Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
<p>Учащийся умеет: – самостоятельно организовать место занятий; – подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; – контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги</p>	<p>Учащийся: – организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; – допускает незначительные ошибки в подборе средств; – контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги</p>	<p>Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов</p>	<p>Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов</p>

Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста</p>

подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени	прироста	и незначительному приросту	показателей физической подготовленности
---	----------	----------------------------	---

При тестировании:

«5»	«4»	«3»	«2»
90 -100%	70 -89 %	45 -69 %	0 - 44 %

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.) *Общая оценка успеваемости* складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике – путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений. *Оценка успеваемости за учебный год* производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Приложение 2.

ТЕСТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (4 класс)

1. Какие предметы нельзя приносить с собой в школу?

- А. Предметы, представляющие опасность для жизни и здоровья окружающих
- Б. Учебники

2. Что такое здоровый образ жизни?

- А. Здоровый образ жизни — это форма поведения, которая обеспечивает сохранение и длительное поддержание психического и физического здоровья.
- Б. Здоровый образ жизни — это хорошо питаться и чем хочешь, тем заниматься.
- В. Здоровый образ жизни — это выполнение всех желаний, которые организм требует.

3. Правила выполнения утренней гимнастики.

- А. Выполнять в душном помещении, когда захочешь.
- Б. Выполняется ежедневно при открытой форточке или на свежем воздухе.
- В. Выполнять в ванной.

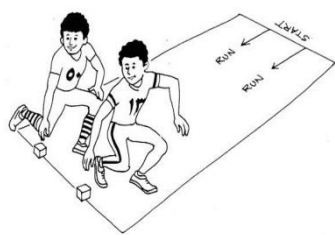
4. Требования безопасности при проведении занятий физкультурой. (Выбрать три правильных ответа).

- А. Иметь спортивную форму, которая соответствует погоде.
- Б. Выполнять упражнения, мешая друг другу.
- В. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
- Г. Соблюдать правила в беге, прыжках и работе с мячом.
- Д. Не сообщать учителю о своём плохом самочувствии, терпеть до конца урока.

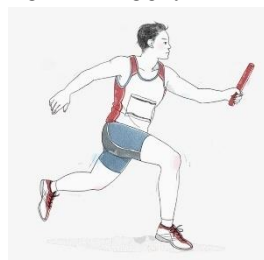
5. Подчеркни, какая из перечисленной обуви не является спортивной?

Кеды, кроссовки, чешки, туфли, сапоги.

6. Отметить на картинке челночный бег.



А.

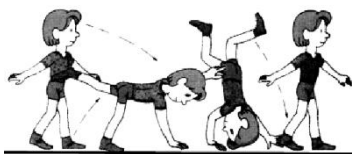


Б.

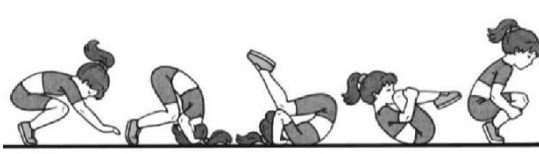


В.

7. Отметь правильное выполнение кувырка вперед.



А)



Б)

8. На сколько «фаз» делится прыжок в длину с места? Обведи правильный ответ

- А. Две
- Б. Три

9. Расставь стрелки: название мяча и мячи:



- А. Баскетбольный
- Б. Футбольный
- В. Теннисный
- Г. Волейбольный

Ответы:

1. А.
2. А.
3. Б.
4. А, В, Г.
5. Туфли, сапоги.
6. А.
7. Б.
8. Б.
9. А-Б; Б-В; В-А; Г-Г.

Тест 3 класс

1. Лучший отдых-это:

- А. Движение
- Б. Просмотр телевизора
- В. Рисование

2. Выбери физические качества человека:

- А. Доброта, терпение, жадность
- Б. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость
- В. Скромность, аккуратность, верность

3. Для чего нужны физкультминутки?

- А. Снять утомление
- Б. Чтобы проснуться
- В. Чтобы быть здоровым

4. Подвижные игры помогут тебе стать:

- А. Умным
- Б. Сильным
- В. Ловким, метким, быстрым, выносливым

5. Какие высказывания не относятся к гигиене?

- А. Чистить зубы
- Б. Не мыть руки перед едой
- В. Мыться перед сном

6. Виды построений на уроке физической культуры?

- А. Линейка
- Б. Квадрат
- В. Шеренга, круг, колонна

7. На любом уроке должна быть...?

- А. Шум и гам
- Б. Дисциплина
- В. Ссора
- Г. Крики

8. Что обязательно при выполнении кувырков?

- А. Группировка
- Б. Страховка

9. Можно носить портфель на одном плече или в одной руке или нет?

- А. Можно. Потому что я сильный.
- Б. Нет. Нарушается осанка.

Ответы:

- 1. А.
- 2. Б.
- 3. А.
- 4. В.
- 5. Б.
- 6. В.
- 7. Б.
- 8. А.
- 9. Б.

Тесты для 2 класса

1. На любом уроке должна быть...?

- А) шум и гам

- Б) дисциплина
- В) ссора
- Г) крики

2. Зачеркни лишний предмет



А.



Б.



В.

3. Зачем нужно заниматься физкультурой?

- А. Чтобы не болеть
- Б. Чтобы стать сильным и здоровым
- В. Чтобы быстро бегать

4. Гимнастическая палка, обруч, мяч, гантели, скакалка-это:

- А. Предметы для игры
- Б. Школьные принадлежности
- В. Спортивный инвентарь

5. Что поможет тебе правильно распределять время:

- А. Часы
- Б. Режим дня

6. Чтобы осанка была правильной нужно:

- А. Заниматься физкультурой
- Б. Развивать все мышцы тела
- В. Плавать

7. Назовите команды во время бега:

- А. На старт! Внимание! Марш!
- Б. Встань! Наклонись! Беги!

Ответы:

- 1. Б.
- 2. В.
- 3. Б.
- 4. В.
- 5. Б.
- 6. Б.
- 7. А