

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

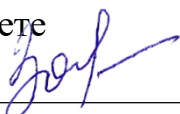
Министерство образования и науки Алтайского

края Администрация города Алейска

Алтайского края МБОУ "ООШ №3"

РАССМОТРЕНО

на Методическом
совете



Золотухина Н.И.

Протокол №1 от «23» 08
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
советом

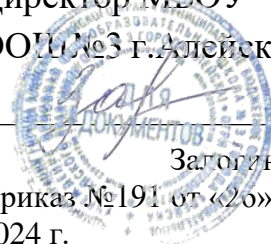


Гегардт О.Г.

Протокол №1 от «26»
08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ
ООШ №3 г. Алейска



Залогина Н.П.

Приказ №191 от «26» 08
2024 г.

Рабочая программа

учебного предмета «Физическая культура»

начальное общее образование

АООП НОО для обучающихся с ЗПР (в. 7.2)

1- 4 классы

Срок реализации: 2024/2025 учебный год

Составитель: Корчма Д.И.
учитель начальных классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Цели и задачи образования обучающихся с задержкой психического развития.

Общая цель состоит в обеспечении выполнения требований ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ посредством создания условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Цель образования во втором классе можно конкретизировать как достижение уровня сформированности учебно-познавательной деятельности, позволяющего с минимально-достаточным результатом овладевать учебным содержанием разработанных программ, а также прогресса в становлении сферы жизненной компетенции (улучшение качества учебной коммуникации, адекватность действий поставленным учебным и практическим задачам, частичное осознание своих затруднений)

Цели и общие задачи по каждому предмету формулируются в полном соответствии с приведенными в АООП НОО обучающихся с ЗПР. Важнейшими задачами образования во втором классе являются:

формирование базовых знаний по русскому языку, а именно, усвоение алфавита, ряда правил и закрепление графических навыков, позволяющих сделать продукты письменной речи ребенка читаемыми, а также формирование предпосылок и начальных умений анализа предложений, морфологического анализа;

совершенствование навыка чтения, в том числе овладение его выразительностью, умениями высказывать свое мнение (в форме ответов на вопросы), устанавливать причинно-следственные связи, а также развитие интереса к чтению (реализуется в т.ч. курсом внеурочной деятельности «Чтение с увлечением»);

закрепление и автоматизация элементарных счетных навыков (таблицы сложения в пределах 20), понимания состава числа в пределах 100 и совершения арифметических действий сложения и вычитания в этих пределах, навыков измерения и записи чисел, понимание сущности умножения, овладение решением составных задач некоторых типов;

развитие интереса к природному и социальному миру, расширение и уточнение полученных ранее знаний о различных его аспектах, совершенствование познавательной деятельности за счет овладения мыслительными операциями анализа, сравнения, обобщения, формирование умений совместного решения учебных задач;

развитие практических возможностей аналитико-синтетической деятельности, формирование ручной умелости, привитие интереса и уважения к труду, расширение практических представлений об окружающем предметном мире и видах человеческой деятельности, формирование специфически детских видов деятельности – лепки, аппликации и пр., обучение начальным навыкам работы с компьютером;

формирование художественного вкуса, графических изобразительных умений, решение широкого круга конкретизированных задач в каждом разделе учебного предмета, способствующих как эстетическому воспитанию, так и развитию системы произвольной регуляции и коммуникативных умений;

формирование представлений о разных характеристиках музыкальных произведений, развитие музыкального слуха, эмоциональной выразительности, решение задач эстетического и патриотического воспитания, совершенствование певческих умений, развитие аналитическо-синтетической деятельности, возможностей регуляции своего поведения;

формирование двигательных умений, совершенствование общей моторики и системы регуляции, способностей к продуктивной коммуникации, закрепление представлений о необходимости движения, активного отдыха, соблюдения правил здорового образа жизни.

Три курса коррекционно-развивающей области, направленные на достижение общей цели уменьшения недостатков предшествующего развития, потенциально-дезадаптивных личностных проявлений и эмоциональной дисрегуляции, решают задачи коррекции и совершенствования речевых (логопедические занятия), двигательных (ритмика) и общих (психокоррекционные занятия) способностей, а также оказывают содействие усвоению учебных предметов «Русский язык» и «Литературное чтение» (логопедические занятия), «Математика» и «Окружающий мир» (психокоррекционные занятия), «Музыка» и «Физическая культура» (ритмика). Кроме того, они способствуют формированию всех видов универсальных учебных действий и достижению личностных результатов образования. Курс внеурочной деятельности «Чтение с увлечением» решает задачи развития познавательного интереса, расширения кругозора, улучшения качества чтения.

Подходы к структурированию комплекта.

Рабочие программы (АООП) для обучающихся с задержкой психического развития (ЗПР), получивших рекомендацию варианта 7.2. разработаны на основе адаптированной основной общеобразовательной программы (АООП). Они представлены по восьми учебным предметам, относящимся к шести предметным областям и

трем курсам коррекционно-развивающей области в строгом соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и курсом внеурочной деятельности. Предлагаемый комплект АООП составлен по первому варианту примерного учебного плана. При разработке комплекта АООП авторы, соблюдая преемственность с АООП для 1 и 1 дополнительного классов, ориентировались на содержание адаптированных программ, разработанных Р.Д. Тригер, Ю.А. Костенковой, С.Г. Шевченко, Г.М. Капустиной и другими авторами, на их методические позиции и конкретные рекомендации к обучению школьников с ЗПР, а также на современные работы, касающиеся образования и сопровождения обучающихся с ЗПР А.Д. Вильшанской, Н.В. Бабкиной, Е.Л. Инденбаум и др.

Комплект структурирован в соответствии с предъявленными требованиями. Каждая программа имеет структуру, включающую указание на конкретизированные ожидаемые результаты, перечень содержания, взятый из АООП и тематический план. Некоторые программы коррекционных курсов содержат дополнительные указания, призванные донести до педагога их коррекционно-развивающую сущность и необходимую специфику реализации по отношению к обучающимся с ЗПР. Тематическое планирование фактически представляет собой содержание уроков с указанием на виды деятельности, иногда конкретные упражнения и задания. Подобная детализация, тем не менее, не исключает свободы педагога в содержательном наполнении урока. Поскольку содержание программ отбиралось с учетом особых образовательных потребностей детей с ЗПР, педагогам предлагается руководствоваться предложенным содержанием, что позволит реализовать требования ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ.

Рекомендации учителям и специалистам по использованию комплекта.

Требования к обучающимся с ЗПР во втором классе в определенной мере усложняются за счет возрастания объема и сложности изучаемого материала, однако для школьников, получивших рекомендацию варианта 7.2., нерационально ставить учебные задачи, близкие к таковым для детей с условно-нормативным развитием, поскольку их учебно-познавательная деятельность еще находится на низком уровне сформированности. Это означает, что обучающийся не имеет достаточной психологической готовности к самостоятельным учебным занятиям, работе с учебником, поиску дополнительных источников информации. Он по-прежнему испытывает трудности понимания и организации деятельности, нуждается в поддержании и направленном развитии формирующейся учебной мотивации, познавательного интереса.

Преодоление перечисленных трудностей возможно при реализации важнейших дидактических принципов: доступности, систематичности и последовательности, прочности, наглядности, связи теории с практикой, а также коррекционной направленности обучения. Удовлетворение особых образовательных потребностей достигается за счет четких и простых по лексико-грамматической структуре инструкций к выполняемой деятельности, уменьшенного объема заданий, большей их практикоориентированности, подкрепленности наглядностью и практическими действиями, а также неоднократного закрепления пройденного, актуализации знаний, полученных в предшествующие годы, соблюдении требований к организации образовательного процесса.

Специфика обучения во втором классе заключается в очень постепенном сближении с требованиями, предъявляемыми к учебной деятельности в общеобразовательных классах. В данном случае это достигается за счет включения коллективных (подгрупповых) форм учебной работы, расширения спектра предлагаемых вариантов учебных заданий, а также усложнения содержания контрольных мероприятий, предполагающих не только качественную оценку успешности выполнения, но и выставление отметок.

Преимущество в организации образования обучающихся с ЗПР состоит в удовлетворении особых образовательных потребностей, соблюдении принципов индивидуального и дифференцированного подхода с учетом индивидуально-типологических характеристик обучающихся с ЗПР. Предусмотренное учебниками программное содержание по разным учебным предметам, как и в предшествующий год, более или менее существенно упрощается, оставаясь, тем не менее, полностью соответствующим объему, предусмотренному в АООП. На усвоение тем, сложных и высоко значимых для успешности дальнейшего обучения, отводится большее количество часов. В ход уроков по многим предметам включается словарная работа, объем которой существенно превышает таковой для школьников с условно-нормативным развитием. Рекомендуется использование специального методического обеспечения.

Необходимо соблюдать строгую преемственность требований, предъявляемых в предыдущие годы, не только к предметным, но и к личностным и метапредметным результатам образования.

Все программы предполагают использование учебников линейки «Школа России», однако эти учебники предназначены для школьников с условно-нормативным развитием, содержат материал, избыточный по отношению к возможностям и потребностям

обучающихся с ЗПР, получивших рекомендацию образования по варианту 7.2. В этом случае в тематическом планировании нет указаний на изучение указанных тем.

Иногда расположение материала в учебниках решает задачи, недоступные обучающимся с ЗПР, и его необходимо переструктурировать так, как предлагается в программах – с обеспечением возможности закрепления, более детального и практико-ориентированного рассмотрения. Поэтому в некоторых случаях учителю и обучающимся на протяжении всего учебного года будут необходимы обе части учебника, и это следует предусматривать заранее.

Все реализуемые программы предполагают достижение широкого спектра предметных, личностных (отражающих становление сферы жизненной компетенции) и метапредметных результатов (отражающих формирование умения учиться, становление учебно-познавательной деятельности в целом).

Оценка предметных результатов образования с одной стороны должна учитывать объективные показатели учебных достижений, с другой – индивидуальный прогресс обучающегося. При изучении предметов «Русский язык», «Математика», «Окружающий мир», «Литературное чтение» рекомендуется использовать обозначенные в программах различные формы контрольно-оценочных мероприятий: экспертную оценку успешности различных видов списывания, написания диктантов, проверочных и контрольных работ, воспроизведения заученного, презентаций разработанных обучающимися проектов. Контроль успешности овладения программным содержанием других предметов («Технология», «Изобразительное искусство», «Музыка») предполагает оценку продуктов практической (в т.ч. творческой) деятельности, двигательных умений, а также некоторых базовых знаний, определяющих динамику социокультурного развития обучающегося. Начинается достаточно регулярное использование педагогических тестов достижений. Настоятельно рекомендуется использовать в качестве образцов примерные контрольно-измерительные материалы, представленные в ПРП по конкретным предметам, а также отчетливо понимать, что разработка контрольно-измерительных материалов представляет достаточно сложную задачу, которая требует соблюдения определенных правил.

Задания, включаемые в педагогический тест для обучающихся с ЗПР, требуют особого внимания к их формулировкам, которые не должны содержать сложных в лексико-грамматическом отношении оборотов, быть в определенной мере привычными для школьников. Предпочтительнее задания с выбором правильного ответа из двух или более альтернатив. Вместе с тем избыточное использование педагогических тестов нельзя считать

полезным, поскольку высока вероятность случайного угадывания либо бездумного копирования ответа соседа по парте. Поэтому после окончания выполнения проверочной работы тестового характера следует уделить время разбору заданий, обсуждению оснований для выбора правильного ответа. Во втором классе обучающиеся уже имеют некоторый опыт выполнения тестовых заданий, и он в определенной мере совершенствуется, но не в ущерб другим формам контроля.

Недостатки произвольной регуляции, специфичность эмоционального реагирования школьников могут существенно затруднять успешное выполнение педагогических тестов (и других проверочных заданий). Поэтому очень важно делать вывод об усвоении/неусвоении учебного материала на основе использования приемов текущего контроля, в том числе сопоставительной оценки успешности выполнения идентичных по трудности и содержанию заданий в разных условиях (самостоятельная работа, работа в паре, выполнение домашнего задания, выполнение задания при наличии индивидуального внимания педагога, в частности на логопедических или психокоррекционных занятиях).

Особую задачу представляет оценка личностных и метапредметных результатов образования. Во втором классе приоритет отдается экспертной оценке, для которой разработаны специальные критериальные шкалы. Использование психодиагностических методик не будет информативным. Более целесообразно создавать педагогические ситуации, предполагающие проявление ожидаемого результата. Планируемые к достижению личностные и метапредметные результаты конкретизируются в АООП.

При планировании оценочной деятельности рекомендуется ставить во главу угла экспертную педагогическую оценку, алгоритмы и конкретные критерии которой будут представлены в образовательные организации, ориентироваться на перечни результатов, которые представлены в соответствующих разделах, не увлекаться тестированием либо использованием других методик психологической диагностики.

Предполагается, что психолого-педагогический консилиум образовательной организации утвердит локальным актом возможные схемы оценивания личностных и метапредметных результатов образования. Предполагается также, что ожидаемые результаты согласуются с родителями обучающихся. Представляется целесообразным выделять минимальный и достаточный уровни сформированности того или иного результата.

Фактически невозможно оценивать результат, приведенный в качестве желаемого, в АООП полностью, т.к. он весьма многоаспектен. Поэтому в каждом перечисленном личностном результате могут быть выделены конкретные оценочные параметры, а внутри

них – индикаторы и критерии оценки. Оценка в 0 баллов свидетельствует об отсутствии умения, 2 балла о его сформированности, 1 балл – о неполной сформированности.

Необходимо помнить, что личностные результаты соотносимы со сферой жизненной компетенции. Однако внимание к становлению этой сферы обращается при изучении фактически любого учебного предмета. Поэтому при составлении педагогических тестов следует специально обращать внимание на важность контролируемых сведений для адаптации и социализации обучающегося.

Следует особо отметить, что на уроках можно и нужно моделировать ситуации, позволяющие объективировать состояние того или иного запланированного оценочного параметра. Так, например, коммуникативные умения оцениваются по эффективности работы в парах и группах сменного состава, представление о собственных возможностях и ограничениях фиксируется по возможности ребенка вербализовать свои затруднения, сформированность картины мира оценивается на основе адекватных представлений о времени, мерах длины и расстояниях, возможности обобщать понятия и явления и пр.

Реализация комплекта представленных рабочих программ требует совместной деятельности учителя начальных классов, учителей по предметам «Изобразительное искусство», «Музыка», «Физкультура» и курсу «Ритмика» (при наличии таковых), а также учителя-логопеда и педагога-психолога, учителя-дефектолога. Только при согласованных действиях и отчетливом представлении поставленных на конкретный учебный год целей и задач возможен успех реализации коррекционно-образовательного процесса. Следует помнить и о необходимости обеспечения коррекционного потенциала внеурочной деятельности, Второй класс является во многом решающим для успешности последующего обучения, поскольку усложнение материала в третьем классе предполагает полную сформированность базовых учебных навыков, и их отсутствие приведет к неусвоению программы. В этом случае у педагогов возникнет предположение о несоответствии рекомендованной программы образовательным потребностям обучающихся, что потребует обследования в ПМПК.

При изучении материала учебных предметов и курсов коррекционно-развивающей области следует обратить внимание на следующие аспекты.

При изучении программы по предмету **«Физическая культура»** (Адаптивная физическая культура) необходимо придерживаться основной цели этого предмета – укрепления здоровья детей и совершенствования их физического развития. Элементарные знания о здоровом образе жизни рекомендуется включать в уроки в течение учебного года в виде кратких бесед.

Принимая во внимание индивидуальные психофизические возможности детей с задержкой психического развития, при оценке достижений обучающихся не следует учитывать в некоторых случаях общевозрастные нормативы (бег 30 м с высокого старта, прыжок в длину с места). Следует также ориентироваться на медицинские рекомендации, которые могут ограничивать степень физической нагрузки, выполнение определенных упражнений (резкие наклоны головы вниз и пр.). Коррекционно-развивающий потенциал уроков физкультуры может быть реализован за счет индивидуализации нагрузок, закреплении навыков ориентировки в пространстве и собственном теле, развития умений произвольной регуляции своего поведения.

Рекомендуется использовать имитационные игры и упражнения, которые не только помогают в игровой форме научить правильно выполнять простые упражнения, но и создавать позитивный эмоциональный настрой, развивать воображение, формировать положительное отношение к предмету.

Значительное место в учебной программе занимают подвижные игры и игровые упражнения, которые рекомендуется включать в практически каждый урок в целях закрепления навыков в овладении основными видами движений; закрепления пространственных ориентировок. Немаловажное значение имеют игры и для формирования эмоционально-волевой сферы, усиления мотивации к занятиям физкультурой. Кроме того, игровые задания с элементами спортивных игр создают базу для овладения элементами баскетбола, волейбола, футбола, ручного мяча. Рекомендуется обучать технике разных видов движений на фоне положительных эмоций.

Учитывая организационную сложность уроков физической культуры и психические особенности детей с задержкой психического развития (дефицит внимания, гиперактивность, чрезмерная психическая утомляемость и др.) рекомендуется, по возможности, участие в уроке двух взрослых: учителя, который руководит учебным процессом и кого-либо еще в роли ассистента. Роль ассистента может выполнять и ученик старших классов, выполняющих «шефскую» функцию. Некоторые образовательные организации привлекают таким образом родителей, которые по очереди выполняют организационные функции и лучше понимают трудности, с которыми сталкивается педагог при организации коррекционно-образовательного процесса.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА

Личностные результаты освоения АООП по учебному предмету «Физическая культура» оцениваются по следующим направлениям:

Освоение социальной роли ученика проявляется в:

- соблюдении школьных правил (выполнять на уроке команды учителя);
- старательности, стремлении быть успешным в физических упражнениях;
- подчинении дисциплинарным требованиям на уроках физкультуры;

- адекватной эмоциональной реакции на похвалу и порицание учителя;
- бережном отношении к школьному имуществу, используемому на уроках физкультуры.

Сформированность знаний об окружающем природном и социальном мире проявляется в:

- умении одеваться в соответствии с погодными условиями (например, при занятиях физкультурой на улице);
- вовлеченности в спортивные события (в масштабах школы).

Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни) проявляется в:

- попытках содержать в порядке спортивную форму (аккуратно складывать, просить взрослых выстирать);
- стремлении к доступному физическому совершенствованию (позитивное отношение к урокам физкультуры, занятиям спортом, физическим упражнениям;
- ориентации на здоровый образ жизни: знания о причинах болезней и их профилактике, вербальном и поведенческом негативном отношении к вредным привычкам;
- различении потенциально опасных ситуаций и прогнозировании их последствий (залезать на спортивные снаряды без достаточной подготовки и пр.):

Сформированность самосознания, в т.ч. адекватных представлений о собственных возможностях и ограничениях проявляется в:

- осознании разных результатов выполнения заданий (сформированность самооценки в деятельности);
- осознании своего состояния (заболел бок от бега, закружилась голова и пр.);
- осознании затруднений (не получается определенное упражнение);
- разграничении ситуаций, требующих и не требующих помощи педагога;
- способности осознавать факторы и ситуации, ухудшающие физические и психологические возможности;
- возможности анализировать причины успехов и неудач.

Сформированность речевых умений проявляется в:

- умении транслировать правила подвижной игры, давать команды при работе в подгруппах и пр.

Сформированность навыков продуктивной межличностной коммуникации

проявляется в:

- возможности согласованно выполнять необходимые действия в паре и в малой группе (например, в эстафете);
- возможности контролировать импульсивные желания;
- умении проявлять терпение, корректно реагировать на чужие оплошности и затруднения;

Сформированность социально одобряемого (этичного) поведения проявляется в:

- умении не употреблять обидные слова по отношению к другим людям;
- умении проявить сочувствие при чужих затруднениях и неприятностях.

Примеры оценки личностных результатов (параметр, дескрипторы, критерии оценки):

Овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни:

Стремление к доступному физическому совершенствованию (позитивное отношение к урокам физкультуры, занятиям спортом, физическим упражнениям):

0 баллов – отношение негативное или равнодушное;

1 балл – периодически проявляющиеся попытки физического самосовершенствования;

2 балла – систематические достаточно успешные попытки (например, ходит в секцию или делает зарядку).

Ориентация на здоровый образ жизни: знания о причинах болезней и их профилактике, вербальное и поведенческое негативное отношение к вредным привычкам:

0 баллов – не отмечалось;

1 балл – были отдельные высказывания о вреде каких-либо продуктов (например, чипсов) или неумеренного сидения перед компьютером, телевизором и пр., занятия чем-либо здоровьесберегающим отсутствуют;

2 балла – поведенческие привычки, свидетельствующие об ориентации на ЗОЖ (например, зарядка по утрам, закаливающие процедуры, занятия физкультурой и спортом).

Метапредметные результаты освоения АООП по учебному предмету «Физическая культура» включают осваиваемые обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР метапредметные результаты могут быть обозначены следующим образом.

Сформированные познавательные универсальные учебные действия

проявляются в:

- понимании групповой инструкции к задаче, поставленной учителем;
- попытках сравнения и обобщения (например, эти упражнения на ловкость, а эти - на скорость);
- умении вербализовать наглядно наблюдаемую причинно-следственную связь.

Сформированные регулятивные универсальные учебные действия

в:

- способности выполнять учебные задания вопреки нежеланию, утомлению;
- способности соотносить полученный результат с образцом и замечать несоответствия под руководством учителя и самостоятельно.

Сформированные коммуникативные универсальные учебные действия

проявляются в:

- овладении умением обратиться к сверстнику с предложением, просьбой о помощи в преодолении затруднения, объяснением;
- овладении умением обратиться к педагогу с просьбой о помощи в преодолении затруднения;
- овладении умением работать в паре (помогать партнеру);
- овладении умением работать в подгруппе (понимать, что победа в спорте зависит от согласованных действий и взаимопомощи);
- овладении умением адекватно воспринимать критику.

Пример оценки метапредметных результатов:

познавательные универсальные учебные действия

Умение вербализовать наглядно наблюдаемую причинно-следственную связь.

0 баллов – не может установить связь (ответить на вопрос учителя, например, зачем в бассейне резиновые коврики? Почему мы после бассейна принимаем душ? Почему перед занятиями физкультурой не надо кушать? Зачем в спортзале маты? И пр.).

1 балл – иногда установить причинно-следственную связь получается, а иногда-нет.

2 балла – в основном правильно устанавливает причинно-следственную связь.

Предметные результаты.

Обучающиеся должны:

- понимать значение укрепления здоровья; •
- уметь:
- выполнять различные упражнения в построении и перестроении, хорошо ориентируясь в пространстве;
- выполнять основные виды движений рук, ног, туловища; выполнять комплексы упражнений ритмической гимнастики;
- бросать и ловить мяч; прыгать в длину с места и метать малый мяч на дальность;
- сохранять устойчивое равновесие на ограниченной опоре;
- играть в подвижные игры, выполнять игровые задания с элементами баскетбола, пионербола;
- передвигаться на лыжах в медленном темпе;
- проплывать отрезки на ногах, держась за доску.

Примеры контрольно-оценочных материалов и критериев оценки предметных результатов.

Оценка предметных результатов осуществляется учителем традиционно по пятибалльной шкале в ходе промежуточной и итоговой аттестации (выполнение заданий по темам, разделам).

Пример выполнения задания по разделу «Подвижные игры». Проводится по следующим параметрам (условная балльная оценка):

Правильность выполнения упражнения:

- 5 – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.
- 4 - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно четко, наблюдается некоторая скованность движений, неточности.
- 3 - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок.
- 2 - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко. Помощь и многократное повторение неэффективны.

Соблюдение правил игры:

- 5 – в играх учащийся соблюдает правила игры, учитывает их при достижении целей игры;
- 4 – требуется некоторая помощь при соблюдении правил игры, корректировка, которая эффективна;

3 – требуется существенная помощь и контроль при соблюдении правил игры;

2 – неумение пользоваться изученными правилами.

Задания для итоговой аттестации составляются из заданий промежуточной аттестации и оцениваются аналогично. Оценка комбинации освоенных элементов может складываться из параметров:

- точность движений в пространстве и времени;
- наличие/отсутствие ошибок при дифференцировании мышечных усилий;
- ловкость и плавность движений;
- наличие/отсутствие скованности и напряженности;
- наличие/отсутствие ограничения амплитуды движений в ходьбе, беге, прыжках, метаниях и др.

Рекомендуется при итоговом тестировании учитывать в большей степени наличие динамики успешности выполнения упражнений учеником, (в сопоставлении с результатами в начале учебного года), нежели нормативы по физической культуре для обучающихся с задержкой психического развития (например, по бегу, прыжкам, метанию).

Оценка успеваемости за четверть выставляется на основании данных текущего контроля и итогового. При подведении итогов четверти (раздела) преимущественное значение имеет успешность выполнения основных упражнений (оценок за них), изучаемых в течение четверти, а не общие показатели физического развития обучающегося.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		1			

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1			Поле для свободного ввода
1.2	Осанка человека	1			Поле для свободного ввода
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		3			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			Поле для свободного ввода
2.2	Лыжная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.3	Легкая атлетика	12			Поле для свободного ввода
2.4	Подвижные и спортивные игры	13			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		49			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	11			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		11			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		3			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	3			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			Поле для свободного ввода
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		3			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			Поле для свободного ввода
2.2	Лыжная подготовка	10			Поле для свободного ввода

2.3	Легкая атлетика	11			Поле для свободного ввода
2.4	Подвижные игры	14			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		45			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		14			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			Поле для свободного ввода
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			Поле для свободного ввода
2.3	Физическая нагрузка	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1			Поле для свободного ввода
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	10			Поле для свободного ввода
2.3	Лыжная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.4	Плавательная подготовка	0			Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	12			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		46			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		14			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3			Поле для свободного ввода
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			Поле для свободного ввода
2.3		0			
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			Поле для свободного ввода
1.2	Закаливание организма	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			

Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	9			Поле для свободного ввода
2.3	Лыжная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.4	Плавательная подготовка	0			Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	14			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		45			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		14			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура	1				Поле для свободного ввода1
2	Современные физические упражнения	1				Поле для свободного ввода1
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1				Поле для свободного ввода1
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1				Поле для свободного ввода1
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1				Поле для свободного ввода1
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1				Поле для свободного ввода1
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1				Поле для свободного ввода1

8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1				Поле для свободного ввода1
9	Исходные положения в физических упражнениях	1				Поле для свободного ввода1
10	Акробатические упражнения, основные техники	1				Поле для свободного ввода1
11	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1				Поле для свободного ввода1
12	Способы построения и повороты стоя на месте	1				Поле для свободного ввода1
13	Гимнастические упражнения с мячом	1				Поле для свободного ввода1
14	Гимнастические упражнения со скакалкой	1				Поле для свободного ввода1
15	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1				Поле для свободного ввода1
16	Подъем ног из положения лежа на животе	1				Поле для свободного ввода1
17	Сгибание рук в положении упор лежа	1				Поле для

						свободного ввода1
18	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1				Поле для свободного ввода1
19	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				Поле для свободного ввода1
20	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				Поле для свободного ввода1
21	Упражнения в передвижении на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
22	Упражнения в передвижении на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
23	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
24	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
25	Техника ступающего шага во время передвижения	1				Поле для свободного ввода1
26	Техника ступающего шага во время передвижения	1				Поле для свободного

						ввода1
27	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1				Поле для свободного ввода1
28	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1				Поле для свободного ввода1
29	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				Поле для свободного ввода1
30	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				Поле для свободного ввода1
31	Чем отличается ходьба от бега	1				Поле для свободного ввода1
32	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				Поле для свободного ввода1
33	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				Поле для свободного ввода1
34	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				Поле для свободного ввода1
35	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				Поле для свободного ввода1

36	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				Поле для свободного ввода1
37	Правила выполнения прыжка в длину с места	1				Поле для свободного ввода1
38	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1				Поле для свободного ввода1
39	Приземление после спрыгивания с горки матов	1				Поле для свободного ввода1
40	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1				Поле для свободного ввода1
41	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1
42	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке. Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1				Поле для свободного ввода1
43	Считалки для подвижных игр	1				Поле для свободного ввода1
44	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				Поле для свободного ввода1
45	Разучивание игровых действий и	1				Поле для

	правил подвижных игр					свободного ввода1
46	Обучение способам организации игровых площадок	1				Поле для свободного ввода1
47	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				Поле для свободного ввода1
48	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				Поле для свободного ввода1
49	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				Поле для свободного ввода1
50	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				Поле для свободного ввода1
51	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				Поле для свободного ввода1
52	Разучивание подвижной игры «Брось- поймай»	1				Поле для свободного ввода1
53	Разучивание подвижной игры «Брось- поймай»	1				Поле для свободного ввода1
54	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				Поле для свободного

						ввода1
55	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				Поле для свободного ввода1
56	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1				Поле для свободного ввода1
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1

62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1				Поле для свободного ввода1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				Поле для свободного ввода1
2	Зарождение Олимпийских игр	1				Поле для свободного ввода1
3	Современные Олимпийские игры	1				Поле для свободного ввода1
4	Физическое развитие	1				Поле для свободного ввода1
5	Физические качества	1				Поле для свободного ввода1
6	Сила как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
7	Быстрота как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
8	Выносливость как физическое качество	1				Поле для

						свободного ввода1
9	Гибкость как физическое качество	1				Поле для свободного ввода1
10	Развитие координации движений	1				Поле для свободного ввода1
11	Составление комплекса утренней зарядки	1				Поле для свободного ввода1
12	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				Поле для свободного ввода1
13	Строевые упражнения и команды	1				Поле для свободного ввода1
14	Прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
15	Гимнастическая разминка	1				Поле для свободного ввода1
16	Ходьба на гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
17	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				Поле для свободного

						ввода1
18	Упражнения с гимнастическим мячом	1				Поле для свободного ввода1
19	Танцевальные гимнастические движения	1				Поле для свободного ввода1
20	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1				Поле для свободного ввода1
21	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1				Поле для свободного ввода1
22	Спуск с горы в основной стойке	1				Поле для свободного ввода1
23	Подъем лесенкой	1				Поле для свободного ввода1
24	Спуски и подъёмы на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
25	Спуски и подъёмы на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
26	Торможение лыжными палками	1				Поле для свободного ввода1

27	Торможение лыжными палками	1				Поле для свободного ввода1
28	Торможение падением на бок	1				Поле для свободного ввода1
29	Торможение падением на бок	1				Поле для свободного ввода1
30	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				Поле для свободного ввода1
31	Броски мяча в неподвижную мишень	1				Поле для свободного ввода1
32	Броски мяча в неподвижную мишень	1				Поле для свободного ввода1
33	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
34	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1
35	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1
36	Сложно координированные	1				Поле для

	передвижения ходьбой по гимнастической скамейке					свободного ввода1
37	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1				Поле для свободного ввода1
38	Бег с поворотами и изменением направлений	1				Поле для свободного ввода1
39	Сложно координированные беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
40	Сложно координированные беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
41	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1				Поле для свободного ввода1
42	Игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1
43	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				Поле для свободного ввода1
44	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				Поле для свободного ввода1
45	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				Поле для свободного

						ввода1
46	Прием «волна» в баскетболе	1				Поле для свободного ввода1
47	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				Поле для свободного ввода1
48	Гонка мячей и слалом с мячом	1				Поле для свободного ввода1
49	Футбольный бильярд	1				Поле для свободного ввода1
50	Футбольный бильярд	1				Поле для свободного ввода1
51	Бросок ногой	1				Поле для свободного ввода1
52	Бросок ногой	1				Поле для свободного ввода1
53	Подвижные игры на развитие равновесия	1				Поле для свободного ввода1
54	Подвижные игры на развитие равновесия	1				Поле для свободного ввода1

55	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1				Поле для свободного ввода1
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1				Поле для свободного ввода1
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на	1				Поле для свободного ввода1

	гимнастической скамье. Подвижные игры					
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				Поле для свободного ввода1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1				Поле для свободного ввода1
2	История появления современного спорта	1				Поле для свободного ввода1
3	Виды физических упражнений	1				Поле для свободного ввода1
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				Поле для свободного ввода1
5	Дозировка физических нагрузок	1				Поле для свободного ввода1
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1				Поле для свободного ввода1
7	Закаливание организма под душем	1				Поле для свободного ввода1
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1				Поле для

						свободного ввода1
9	Строевые команды и упражнения	1				Поле для свободного ввода1
10	Лазанье по канату	1				Поле для свободного ввода1
11	Передвижения по гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
12	Передвижения по гимнастической стенке	1				Поле для свободного ввода1
13	Прыжки через скакалку	1				Поле для свободного ввода1
14	Ритмическая гимнастика	1				Поле для свободного ввода1
15	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				Поле для свободного ввода1
16	Танцевальные упражнения из танца полька	1				Поле для свободного ввода1
17	Прыжок в длину с разбега	1				Поле для свободного

						ввода1
18	Броски набивного мяча	1				Поле для свободного ввода1
19	Челночный бег	1				Поле для свободного ввода1
20	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				Поле для свободного ввода1
21	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				Поле для свободного ввода1
22	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				Поле для свободного ввода1
23	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				Поле для свободного ввода1
24	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				Поле для свободного ввода1
25	Повороты на лыжах способом переступания	1				Поле для свободного ввода1
26	Повороты на лыжах способом переступания	1				Поле для свободного ввода1

27	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				Поле для свободного ввода1
28	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				Поле для свободного ввода1
29	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				Поле для свободного ввода1
30	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				Поле для свободного ввода1
31	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				Поле для свободного ввода1
32	Броски мяча в неподвижную мишень	1				Поле для свободного ввода1
33	Броски мяча в неподвижную мишень	1				Поле для свободного ввода1
34	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
35	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1
36	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Поле для

						свободного ввода1
37	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
38	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1				Поле для свободного ввода1
39	Бег с поворотами и изменением направлений	1				Поле для свободного ввода1
40	Бег с поворотами и изменением направлений	1				
41	Сложно координированные беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
42	Сложно координированные беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
43	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Поле для свободного ввода1
44	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Поле для свободного ввода1
45	Спортивная игра баскетбол	1				Поле для свободного ввода1

46	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				Поле для свободного ввода1
47	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1
48	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1
49	Спортивная игра волейбол	1				Поле для свободного ввода1
50	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Поле для свободного ввода1
51	Спортивная игра футбол	1				Поле для свободного ввода1
52	Спортивная игра футбол	1				Поле для свободного ввода1
53	Подвижные игры с приемами футбола	1				Поле для свободного ввода1
54	Подвижные игры с приемами футбола	1				Поле для свободного ввода1
55	Правила выполнения спортивных	1				Поле для

	нормативов 2-3 ступени					свободного ввода1
56	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				Поле для свободного ввода1
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Поле для свободного ввода1
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Поле для свободного ввода1
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные	1				Поле для свободного ввода1

	игры					
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				Поле для свободного ввода1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1				Поле для свободного ввода1
2	Из истории развития национальных видов спорта	1				Поле для свободного ввода1
3	Самостоятельная физическая подготовка	1				Поле для свободного ввода1
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1				Поле для свободного ввода1
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1				Поле для свободного ввода1
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1				Поле для свободного ввода1
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1				Поле для свободного ввода1
8	Упражнения для профилактики	1				Поле для

	нарушения осанки и снижения массы тела					свободного ввода1
9	Закаливание организма	1				Поле для свободного ввода1
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1				Поле для свободного ввода1
11	Акробатическая комбинация	1				Поле для свободного ввода1
12	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				Поле для свободного ввода1
13	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				Поле для свободного ввода1
14	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				Поле для свободного ввода1
15	Обучение опорному прыжку	1				Поле для свободного ввода1
16	Обучение опорному прыжку	1				Поле для свободного ввода1
17	Упражнения на гимнастической перекладине	1				Поле для свободного

						ввода1
18	Упражнения на гимнастической перекладине	1				Поле для свободного ввода1
19	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1				Поле для свободного ввода1
20	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				Поле для свободного ввода1
21	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				Поле для свободного ввода1
22	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				Поле для свободного ввода1
23	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				Поле для свободного ввода1
24	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				Поле для свободного ввода1
25	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				Поле для свободного ввода1
26	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				Поле для свободного ввода1

27	Беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
28	Беговые упражнения	1				Поле для свободного ввода1
29	Метание малого мяча на дальность	1				Поле для свободного ввода1
30	Метание малого мяча на дальность	1				Поле для свободного ввода1
31	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				Поле для свободного ввода1
32	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				Поле для свободного ввода1
33	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				Поле для свободного ввода1
34	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
35	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				Поле для свободного ввода1
36	Передвижение на лыжах	1				Поле для

	одновременным одношажным ходом с небольшого склона					свободного ввода1
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				Поле для свободного ввода1
38	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				Поле для свободного ввода1
39	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				Поле для свободного ввода1
40	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				Поле для свободного ввода1
41	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				Поле для свободного ввода1
42	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				Поле для свободного ввода1
43	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				Поле для свободного ввода1
44	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				Поле для свободного ввода1
45	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				Поле для свободного

						ввода1
46	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				Поле для свободного ввода1
47	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				Поле для свободного ввода1
48	Упражнения из игры волейбол	1				Поле для свободного ввода1
49	Упражнения из игры волейбол	1				Поле для свободного ввода1
50	Упражнения из игры баскетбол	1				Поле для свободного ввода1
51	Упражнения из игры баскетбол	1				Поле для свободного ввода1
52	Упражнения из игры футбол	1				Поле для свободного ввода1
53	Упражнения из игры футбол	1				Поле для свободного ввода1
54	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1				Поле для свободного ввода1

55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Поле для свободного ввода1
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Поле для свободного ввода1
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
62	Освоение правил и техники	1				Поле для

	выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты					свободного ввода1
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				Поле для свободного ввода1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

