

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области  
«Туринская школа - интернат, реализующая адаптированные основные  
общеобразовательные программы»

Рассмотрено на заседании МО  
Протокол № 6  
от 29.08.2023 г.  
Т.Л. Климина

Утверждаю:  
Приказ директора  
ГБОУ СО «Туринская школа-интернат»  
№ 91 от 01.09.2023  
Н.Н. Кондырева

Рабочая программа учебного предмета  
**«Адаптивная физическая культура»**  
(предметная область «Адаптивная физическая культура»)  
для обучающихся с расстройствами аутистического спектра  
Вариант 8.4  
1-4 класс

Согласовано:  
Заместитель директора по УР  
Л.М.Цыганова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.

Составитель:  
Василькова Алена Васильевна

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» предметной области «Адаптивная физическая культура» является составной частью АООП образования обучающихся с расстройствами аутистического спектра ГБОУ СО «Туринская школа – интернат» вариант 8.4

Нормативными и правовыми основаниями разработки рабочей программы являются:

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

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 465 «Об утверждении перечня средств обучения и воспитания, необходимых для реализации образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования, соответствующих современным условиям обучения, необходимого при оснащении общеобразовательных организаций в целях реализации мероприятий по содействию созданию в субъектах Российской Федерации (исходя из прогнозируемой потребности) новых мест в общеобразовательных организациях, критериев его формирования и требований к функциональному оснащению, а также норматива стоимости оснащения одного места обучающегося указанными средствами обучения и воспитания».

5. Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность.

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

8. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области».

9. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 13.08.2021 № 805-Д «Об утверждении Порядка получения общего образования лицами с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе достигшими возраста 18 лет, в общеобразовательных организациях, расположенных на территории Свердловской области».

10. Постановление Правительства Свердловской области от 23.04.2015 № 270-ПП «Об утверждении Порядка регламентации и оформления отношений государственной и муниципальной образовательной организации, и родителей (законных представителей) обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов в части

организации обучения по основным общеобразовательным программам на дому или в медицинских организациях, находящихся на территории Свердловской области»;

11. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Туринская школа – интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы», утверждённый приказом Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 10.01.2020 №20-Д.

12. Локальные акты образовательного учреждения.

### **Общая характеристика учебного предмета**

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

**Основные задачи** реализации содержания: Обучение выполнению доступных видов движений на уроках физкультуры и вне их. Формирование умения включаться в доступные ребенку подвижные игры и занятия, адекватно дозировать физическую нагрузку. Освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности: ходьба на лыжах, спортивные игры, плавание, езда на велосипеде. Формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в развитии основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости).

Программа по адаптивной физической культуре включает 4 раздела: «Коррекционные подвижные игры», «Гимнастика» «Лыжная подготовка», «Физическая подготовка».

Раздел «Коррекционные подвижные игры» включает элементы спортивных игр и спортивных упражнений, подвижные игры. Основными задачами являются формирование умения взаимодействовать в процессе игры, соблюдать правила игры. На занятиях по гимнастике обучающиеся осваивают элементарные гимнастические упражнения. Раздел «Лыжная подготовка» предусматривает формирование навыка ходьбы на лыжах и дальнейшее его совершенствование. Раздел «Физическая подготовка» включает построения и перестроения, общеразвивающие и корригирующие упражнения.

### **Место учебного предмета в учебном плане**

1 дополнительные, 1 классы – 102 часа в год, 3 часа в неделю.

2 класс – 68 часов в год, 2 часа в неделю.

3 класс – 68 часов в год, 2 часа в неделю.

4 класс – 68 часов в год, 2 часа в неделю.

### **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета**

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

патриотизм (любовь к России, к своему народу, к своей малой родине; служение Отечеству);

гражданственность (правовое государство, гражданское общество, долг перед Отечеством, старшим поколением и семьей, закон и правопорядок, межнациональный 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, самопринятие и самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному 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);  
труд и творчество (уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие, бережливость);  
наука – ценность знания, стремление к познанию и истине, научная картина мира (познание, истина, научная картина мира, экологическое сознание); искусство и литература (красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие); природа (жизнь, родная земля, заповедная природа, планета Земля).

### **Личностные результаты освоения АООП НОО**

Возможные личностные результаты освоения АООП обучающимися с РАС, осложненными умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой, тяжелыми и множественными нарушениями развития), заносятся в СИПР с учетом их индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей и могут включать:

- 1) осознание себя, своего "Я"; осознание своей принадлежности к определенному полу; социально-эмоциональное участие в процессе общения и совместной деятельности;
- 2) развитие адекватных представлений о окружающем социальном мире, овладение социально-бытовыми умениями, необходимыми в повседневной жизни дома и в школе, умение выполнять посильную домашнюю работу, включаться школьные дела;
- 3) умение сообщать о нездоровье, опасности и т.д.
- 4) владение элементарными навыками коммуникации и принятыми нормами взаимодействия;
- 5) первоначальное осмысление социального окружения;
- 6) развитие самостоятельности;
- 7) овладение общепринятыми правилами поведения;
- 8) наличие интереса к практической деятельности.

### **Предметные результаты освоения АООП НОО**

С учетом особых образовательных потребностей обучающихся с РАС, осложненными умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой, тяжелыми и множественными нарушениями развития) предметные результаты должны отражать:

- 1) формирование представлений о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций;
- 2) умение выполнять доступные виды движений на уроках физкультуры и вне их;
- 3) освоение основных движений (ходьба, бег, прыжки, лазание) в доступной для каждого ребенка степени;
- 4) понимание правил поведения на уроках физкультуры, умение выполнять доступные виды упражнений по подражанию, по образцу, по словесной инструкции;
- 5) желание включаться в доступные подвижные игры и занятия;
- 6) освоение доступных видов физкультурно-спортивной деятельности.

## Содержание учебного предмета

### 1 дополнительный класс, 1 класс

#### Знания о физической культуре

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Предупреждение травм во время занятий.

#### Гимнастика

##### *Физическая подготовка*

#### Теоретические сведения.

Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках физической подготовки. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление обучающихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление обучающихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

#### Практический материал:

**Ходьба.** Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости.

Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе.

**Бег.** Перебежки группами и по одному 15-20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы.

**Прыжки.** Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки в длину с места.

#### **Метание.**

Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шести.

#### *Коррекционные подвижные игры*

#### Теоретические сведения.

Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места,

взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)

**Практический материал.** Подвижные игры:

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча; построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

## **2 класс**

### ***Знания о физической культуре***

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

### ***Гимнастика***

#### **Теоретические сведения.**

Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

#### **Практический материал.**

Построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

### ***Физическая подготовка***

#### **Теоретические сведения.**

Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках физической подготовки. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с

правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

### **Практический материал:**

#### ***Ходьба.***

Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом. Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д.

***Бег.*** Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы.

***Прыжки.*** Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага.

#### ***Метание.***

Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шесты. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену.

### ***Коррекционные подвижные игры***

#### **Теоретические сведения.**

Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)

#### **Практический материал. Подвижные игры:**

Коррекционные игры;

Игры с элементами общеразвивающих упражнений:

игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча; построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

### **3 класс**

#### ***Знания о физической культуре***

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота

зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

### ***Физическая подготовка***

Основная стойка.

### ***Строевые упражнения.***

Построение в шеренгу и равнение по носкам по команде учителя. Выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Класс, стой!». Перестроение из колонны по одному в круг, двигаясь за учителем. Перестроение из колонны по одному в колонну по двое через середину, взявшись за руки. Расчет по порядку.

### ***Общеразвивающие упражнения без предметов.***

Основные положения и движения рук, ног, туловища, головы, выполняемые на месте и в движении.

Сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук.

Дыхательные упражнения и упражнения для формирования правильной осанки.

Простые комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений.

### ***Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами.***

Комплексы упражнений с гимнастическими палками, флажками, малыми обручами, большими и малыми мячами.

Комплексы с набивными мячами.

### ***Лазанье.***

Лазанье по гимнастической стенке вверх и вниз разноименным и одноименным способами, в сторону приставными шагами, по наклонной гимнастической скамейке (угол 20° - 30°) с опорой на стопы и кисти рук. Пролезание сквозь гимнастические обручи.

### ***Висы.***

Вис на гимнастической стенке на согнутых руках.

### ***Равновесие.***

Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет, по рейке гимнастической скамейки, с доставанием предметов с пола в положении приседа.

### ***Ходьба.***

Ходьба в различном темпе, с выполнениями упражнений для рук.

Ходьба с контролем и без контроля зрения.

### ***Бег.***

Бег в чередовании с ходьбой до 100 м.

### ***Прыжки.***

Прыжки с ноги на ногу с продвижением вперед, до 15 м.

Прыжки в длину (место отталкивания не обозначено) способом *согнув ноги*.

### ***Общая физическая подготовка.***

Специальные и коррекционные упражнения, направленные на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения, на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации).



Упражнения общей физической направленности на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Занятия на тренажерах.

**Коррекционные упражнения (для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений).**

Перестроение из круга в квадрат по ориентирам.

Ходьба до различных ориентиров.

Повороты направо, налево без контроля зрения.

Принятие исходных положений рук с закрытыми глазами по команде учителя.

Ходьба вперед по гимнастической скамейке с различными положениями рук, ног (одна нога идет по скамейке, другая — по полу).

Прыжок в высоту до определенного ориентира.

Дозирование силы удара мячом об пол с таким условием, чтобы он отскочил на заданную высоту: до колен, до пояса, до плеч.

Ходьба на месте под счет учителя от 15 до 10 с, затем выполнение данной ходьбы с определением времени.

**Подвижные игры.**

Игра «Болото». Игра «Эстафета»; Игра «Полоса препятствий», «Пятнашки»; Игра «Рыбаки и рыбки»; Игра-эстафета «Собери – пирамидку». «Строим дом»; Игры «Мяч по кругу», «Паровоз»; Эстафеты с бегом и передачей предмета; Игры «Море волнуется», «Поймай комара» «Чудесный мешочек»; «Охотники и утки», «Запрещенное движение»; Игры «Запрещенное движение», «Карлики и великаны».

#### **4 класс**

### ***Знания о физической культуре***

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

***Физическая подготовка***

**Практический материал.**

Построения и перестроения.

Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):

основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами:

с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

***Ходьба.***

Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с

перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

**Бег.** Медленный и быстрый бег, бег с разворотами, бег на внимательность.

**Прыжки.** Прыжки на одной, двух ногах.

**Метание.**

Броски набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

**Лыжная подготовка**

**Теоретические сведения.**

Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника. Подготовка к занятиям на лыжах. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Лыжный инвентарь; выбор лыж и палок. Одежда и обувь лыжника. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Правильное техническое выполнение попеременного двушажного хода. Виды подъемов и спусков. Предупреждение травм и обморожений.

**Практический материал.**

Выполнение строевых команд. Передвижение на лыжах.

**Игры**

**Теоретические сведения.**

Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу)

**Практический материал.**

Подвижные игры: Коррекционные игры; Игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

## **Программа формирования базовых учебных действий.**

**Базовые учебные действия:**

Подготовка ребенка к нахождению и обучению в среде сверстников, к эмоциональному, коммуникативному взаимодействию с группой обучающихся:

- входить и выходить из учебного помещения со звонком;
- ориентироваться в пространстве зала, учебного помещения пользоваться учебной мебелью;
- адекватно использовать ритуалы школьного поведения
- организовывать рабочее место;
- принимать цели и произвольно включаться в деятельность;
- следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- передвигаться по школе, находить свой класс, другие необходимые помещения.

**Формирование учебного поведения:**

1) направленность взгляда (на говорящего взрослого, на задание):

- фиксирует взгляд на звучащей игрушке;
- фиксирует взгляд на яркой игрушке;
- фиксирует взгляд на движущей игрушке;
- переключает взгляд с одного предмета на другой;

- фиксирует взгляд на лице педагога с использованием утрированной мимики;
- фиксирует взгляд на лице педагога с использованием голоса;
- фиксирует взгляд на изображении;
- фиксирует взгляд на экране монитора.

2) умение выполнять инструкции педагога:

- понимает жестовую инструкцию;
- выполняет стереотипную инструкцию (отрабатываемая с конкретным учеником на данном этапе обучения).

3) использование по назначению учебных материалов:

- музыкальные инструменты;
- звучащие игрушки;
- платки, флажки, ленты, обручи, а также игрушки-куклы, игрушки-животные и др.

4) умение выполнять действия по образцу и по подражанию:

- выполняет действие способом рука-в-руке;
- подражает действиям, выполняемым педагогом;
- последовательно выполняет отдельные операции действия по образцу педагога;
- выполняет действия с опорой на картинный план с помощью педагога.

***Формирование умения выполнять задание:***

1) в течение определенного периода времени:

- способен удерживать произвольное внимание на выполнении посильного задания 3-4 мин.

2) от начала до конца:

- при организующей, направляющей помощи способен выполнить посильное задание от начала до конца.

3) с заданными качественными параметрами:

- ориентируется в качественных параметрах задания в соответствии с содержанием программы обучения по предмету.

***Формирование умения самостоятельно переходить от одного задания (операции, действия) к другому в соответствии с расписанием занятий, алгоритмом действия и т.д:***

- ориентируется в режиме дня, расписании уроков с помощью педагога;
- выстраивает алгоритм предстоящей деятельности (словесный или наглядный план) с помощью педагога.

Сформированность базовых учебных действий определяется по завершении обучения с учетом индивидуально-личностных особенностей каждого обучающегося.

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### по физической культуре 1 дополнительный класс

№ п/п	Раздел (тема урока)	Количество часов	Дата проведения	Основные виды учебной деятельности
	<b>Физическая подготовка</b>	<b>28</b>		-соблюдение техники безопасности на уроках
1	Инструктаж по технике безопасности в спортивном зале, на спортивной площадке. Подготовка спортивной формы одежды к занятиям. Спортивные игры.	2		- овладение доступными способами контроля над функциями собственного тела:  - освоение доступных двигательных умений, могут совершать последовательные, демонстрируют доступные координационные умения;
2	Ходьба по залу, касаясь рукой стены. Спортивные игры	2		
3	Различные виды ходьбы, ОРУ в движении	3		- проявление интереса и эмоциональные реакции в процессе разных видов двигательной активности;
4	Принятие исходного положения для построения и перестроения	2		
5	ОРУ в кругу, взявших за руки. Лазание на четвереньках по прямой.	2		-выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
6	Упражнения на дыхание по подражанию. Подлезание под веревку выс. 35-40 см.	2		- выполнение действий с мячом: броски в цель и умение ловить мячи среднего размера;
7	Упражнения на дыхание . Перелезание через различные препятствия.	2		
8	ОРУ с предметами. Специальные упражнения для формирования правильной осанки (с использованием мячиков вес 200 - 250 гр.)	2		
9	Упражнения на гимнастическом мате: «Бревнышко», «Качели», «Велосипед».	3		
10	ОРУ с предметами. Ходьба по гимнастической скамейке без предмета и с предметом.	2		
11	Вис на перекладине лежа. Переноска груза и передача предметов	3		
12	Прыжки	3		
13	Броски, ловля, метание, передача предметов и перенос груза.	3		
	<b>Физическая подготовка</b>	<b>26</b>		

14	Упражнения для мышц кистей рук и пальцев. Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет.	3		- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
15	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом. Игра «Паровоз»	3		- выполнение действий с мячом: броски в цель и умение ловить мячи разного размера; - ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре, с поднятыми руками;
16	Лазание по наклонной гимнастической скамейке. Игра «Паровоз».	2		
17	Упражнения на гимнастической скамейке (перешагивание, подтягивание, прыжки с опорой, ноги врозь, пропуская скамейку между стопами).	4		- умение стоять друг за другом, строиться шеренгой, стоять взявшись за руки;  - по сигналу прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки в паре на двух ногах; - ползание, подползание, переползание через препятствие;
18	Вис на гимнастической перекладине. Игра «Солнышко и дождь»	3		
19	ОРУ с флажками. Сгибание рук в упоре.	3		
20	ОРУ для мышц спины и живота из положения лежа на гимнастическом коврике. Игры с флажками.	3		
21	ОРУ на дыхание. Спрыгивание с высоты 25-30 см.	3		
22	Вис на канате	2		
	<b>Лыжная подготовка</b>	<b>16</b>		
23	Инструктаж по ТБ при проведении урока Лыжной подготовки. Предупреждение травм и обморожений. Знакомство с лыжным инвентарем.	2		-Соблюдение техники безопасности  -выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
24	Транспортировка лыжного инвентаря Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника.	3		-умение самостоятельно выполнять элементарные разминочные упражнения с учетом своих возможностей
25	Имитационные упражнения лыжника. Прикрепление лыж к обуви	3		
26	Стояние на параллельно лежащих лыжах.	3		
27	Ступающий шаг на месте, передвижение вперед приставным шагом.	3		

28	Ступающий шаг по лыжне дистанция 10м	2		
	<b>Коррекционные подвижные игры</b>	<b>32</b>		
29	Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Инструктаж по ТБ	2		-участие в подвижных играх с учетом физических возможностей и ограничений.  -Понимание правил игры или старание примерно придерживаться правил игры
30	Игра «Болото». Игра «Эстафета».	2		
31	Игра «Полоса препятствий», «Пятнашки»	3		
32	Игра «Рыбаки и рыбки».	3		
34	Игра-эстафета «Собери – пирамидку». «Строим дом».	3		
35	Игры «Мяч по кругу», «Паровоз»	3		
36	Эстафеты с бегом и передачей предмета	2		
37	Игры «Море волнуется»,	2		
38	Игра «Поймай комара»	2		
39	Игра «Чудесный мешочек».	1		
40	Игра «Запрещенное движение»,	1		
41	Игра «Карлики и великаны»	2		
42	Игры «Охотники и утки», «Запрещенное движение»	3		
43	Игры «Возьми флажок», «Удочка»	3		
<b>Общее количество часов:</b>			<b>102</b>	

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 дополнительный класс

№ п/п	Раздел (тема урока)	Количество часов	Дата проведения	Основные виды учебной деятельности
	<b>Физическая подготовка</b>	<b>18</b>		-умение координировать согласованность действий обеих рук, последовательных движений по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
1	Построение в шеренгу и равнение по команде учителя.	1		
2	Выполнение команд: « Равняйся», « Смирно», « Вольно», « На месте шагом	1		

	марш», «На месте стой».			- умение выполнять разминочные упражнения, проявление самостоятельности при выполнении движений и действий в конкретной ситуации;
3	Выполнение ходьбы с различными положениями рук. Разновидности ходьбы.	2		
4	Ходьба с изменениями направления.	1		- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты;
5	Ходьба и бег на короткие отрезки. Выполнение медленного бега до 2 минут. Чередование бега и ходьбы.	1		- умение наблюдать за своим самочувствием при выполнении физических упражнений;
6	Общеразвивающие и корригирующие упражнения. Развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем	2		- проявление интереса к одному из видов спортивной деятельности (бег, прыжки, ходьба, общеразвивающие упражнения, ползание, лазание
7	Общеразвивающие и корригирующие упражнения без предметов. Развитие координационных способностей.	2		- ходьба по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре;
8	Разновидности прыжков. Прыжки через препятствие	2		
9	Спрыгивание с небольшой высоты. Подвижная игра «Удочка».	1		
10	Метание .Броски большого мяча 2-мя руками из-за головы и снизу с места в стену.	2		
11	Развитие мелкой моторики. Игра « Кто дальше бросит».	1		
12	Строевые упражнения.	1		
13	Ходьба на короткие дистанции на скорость	1		
14	Ходьба в шеренге, колонне, в парах.	1		
	<b>Гимнастика</b>	<b>15</b>		
15	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях гимнастикой. Беседа: Понятия колонна, шеренга, круг	2		- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;
16	Основные положения и движения рук ,ног, туловища,	2		- выполнение действий с мячом: броски в цель и умение ловить мячи

	головы.			среднего размера;
17	Упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев и укрепление мышц голеностопных суставов и стоп.	2		- выполнение ходьбы по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре;  - умение стоять друг за другом, строиться шеренгой, стоять взявшись за руки;
18	Выполнение упражнений для укрепления мышц туловища, упражнения в расслаблении.	2		- умение по сигналу прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки в паре на двух ногах;
19	Общеразвивающие и корригирующие упражнения с предметами: (гимнастическими палками, мячами).	2		- Умение ползать, подползать, переползать через препятствие;  - выполнение доступных разминочных упражнений
20	Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	1		
21	Ходьба, лазание, перелазание по гимнастической скамейке.	2		
22	Лазание по гимнастической стенке.	2		
	<b>Лыжная подготовка</b>	<b>12</b>		
23	Инструктаж по ТБ при проведении урока Лыжной подготовки. Предупреждение травм и обморожений. Знакомство с лыжным инвентарем.	2		-Соблюдение техники безопасности на уроках лыжной подготовки  -умение выделять (называть или показывать жестом) на лыжный инвентарь
24	Транспортировка лыжного инвентаря Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника	2		- умение выполнять целенаправленные движения и действия доступным способом;  - умение координировать действия обеих рук, координации, последовательные движения по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно, или с помощью взрослого;
25	Имитационные упражнения лыжника.  Прикрепление лыж к обуви	2		последовательные движения по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно, или с помощью взрослого;
26	Стояние на параллельно лежащих лыжах.	2		- умение самостоятельно выполнять элементарные разминочные упражнения с учетом своих возможностей
27	Ступающий шаг на месте, передвижение вперед приставным шагом.	2		- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты;
28	Ступающий шаг по лыжне дистанция 10м	2		
	<b>Коррекционные подвижные игры</b>	<b>23</b>		



29	Инструктаж безопасности на уроках физкультуры при занятиях подвижными играми. Беседа: Элементарные правила поведения во время игр.	2		<p>- активное участие в подвижных играх (на уроках, на спартакиадах, на спортивных соревнованиях).</p> <p>- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты</p> <p>-Понимание правил игры или старание примерно придерживаться правил игры</p>
30	Коррекционные игры, Разучивание игры « Запомни порядок»	1		
31	Игра « Что изменилось»	1		
32	Игры с элементами общеразвивающих упражнений. «Сбор овощей»,	1		
33	Игра «Найди свой цвет».	1		
34	Игра «Удочка»	1		
35	Подвижные игры с бегом. «Пятнашки» Эстафеты.	1		
36	Игра «Догони обруч».	1		
37	Подвижные игры с прыжками. «Перепрыгивание через шнур» «Прыг- скок»	1		
38	Игра «Достань предмет».	1		
39	Подвижные игры с мячом. «Сбей кеглю», «Поймай мяч».	1		
40	Подвижные игры с бегом. «Беги ко мне», «Догони мяч».	2		
41	Игры с бегом и прыжками «Солнышко, дождик»; «Прыг-скок».	2		
42	Подвижные игры с мячом «Поймай мяч», «Попади в круг».	2		
43	Подвижные игры. « догони меня», « метко в цель»,»	3		
44	Подвижные игры « Найди предмет в зале»,» Удочка»,» Болото»,	2		
<b>Общее количество часов:</b>			<b>68</b>	

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 класс

№ п/п	Раздел (тема урока)	Количество часов	Дата проведения	Основные виды учебной деятельности
	<b>Физическая подготовка</b>	<b>17</b>		-умение координировать согласованность действий обеих рук, последовательных движений по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого; - умение выполнять разминочные упражнения, проявление самостоятельности при выполнении движений и действий в конкретной ситуации; - проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты; - умение наблюдать за своим самочувствием при выполнении физических упражнений; - проявление интереса к одному из видов спортивной деятельности (бег, прыжки, ходьба, общеразвивающие упражнения, ползание, лазание)
1	Инструктаж по технике безопасности на уроках Физической подготовки.  Ходьба по залу группой, касаясь рукой стены.	1		
2	Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг.	1		
3	Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.	1		
4	Повороты на месте в разные стороны	1		
5	Ходьба в колонне по одному, по двое. Бег в колонне.	1		
6	ОРУ в кругу, взявших за руки. Лазание на четвереньках по прямой.	1		
7	Подлезание под веревку выс. 35-40 см.	1		
8	Дыхательные упражнения по подражанию.	2		
9	Перелезание через различные препятствия.	2		
10	ОРУ с предметами. Специальные упражнения для формирования правильной осанки (с использованием малых мячей или мешочков вес 200 -250 гр.)	1		
11	Упражнения на гимнастическом мате: «Бревнышко», «Качели», «Велосипед».	1		
12	ОРУ с предметами. Ходьба	1		

	по гимнастической скамейке без предмета и с предметом.			
13	Вис на перекладине лежа. Переноска грузов и передача предметов	1		
14	Упражнения для мышц кистей рук и пальцев	1		
15	Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предмет	1		
	<b>Физическая подготовка</b>	<b>19</b>		
16	Лазание по гимнастической стенке произвольным способом. Игра «Паровоз»	2		<p>- умение наблюдать за своим самочувствием при выполнении физических упражнений;</p> <p>- проявление интереса к одному из видов спортивной деятельности (бег, прыжки, ходьба, общеразвивающие упражнения, ползание, лазание</p> <p>-Выполнение вис на перекладине, стараться удержаться на вису</p> <p>- умение координировать действия обеих рук, координации, последовательные движения по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно, или с помощью взрослого;</p>
17	Лазание по наклонной гимнастической скамейке. Игра «Паровоз»	1		
18	Упражнения на гимнастической скамейке (перешагивание, подтягивание, прыжки с опорой, ноги врозь, пропуская скамейку между стопами).	1		
19	Выполнение ходьбы с высоким подниманием колен.	1		
20	Вис на гимнастической перекладине. Игра «Солнышко и дождь»	1		
21	ОРУ с флажками. Сгибание рук в упоре.	2		
22	ОРУ для мышц спины и живота из положения лежа на гимнастическом коврике.	2		
23	Игры с флажками.	2		
24	ОРУ на дыхание. Спрыгивание с высоты 25-30 см.	2		
25	Ползание на четвереньках, лежа на животе по	2		

	гимнастическому мату			
26	Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.	1		
27	Одновременные (поочередные) движения руками в исходных положениях «стоя», «сидя», «лежа» (на боку, на спине, на животе).	2		
	<b>Лыжная подготовка</b>	<b>15</b>		
28	Инструктаж по ТБ при проведении урока Лыжной подготовки. Предупреждение травм и обморожений. Знакомство с лыжным инвентарем.	2		-Соблюдение техники безопасности на уроках лыжной подготовки -умение выделять (называть или показывать жестом) на лыжный инвентарь
29	Транспортировка лыжного инвентаря. Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника	1		- умение выполнять целенаправленные движения и действия доступным способом; - умение координировать действия обеих рук,
30	Ходьба с лыжными палками	1		координации, последовательные движения по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно, или с помощью взрослого;
31	Имитационные упражнения лыжника. Прикрепление лыж к обуви	1		- умение самостоятельно выполнять элементарные разминочные упражнения с учетом своих возможностей
32	Стояние на параллельно лежащих лыжах.	1		- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты;
33	Ступающий шаг по лыжне дистанция 10м	2		
34	Выполнение поворотов, стоя на лыжах.	1		
35	Выполнение скользящего шага	2		
36	Выполнение попеременного двушажного хода.	1		
37	Выполнение бесшажного хода.	1		
38	Преодоление подъемов ступающим шагом («лесенкой», «полу ёлочкой», «елочкой»).	1		

39	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок («полу плугом», «плугом», падением).	1		
	<b>Спортивные и подвижные игры</b>	<b>17</b>		
40	Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Инструктаж по ТБ	2		<p>- активное участие в подвижных играх (на уроках, на спартакиадах, на спортивных соревнованиях).</p> <p>- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты</p> <p>-Понимание правил игры или старание примерно придерживаться правил игры</p>
41	Игра «Болото». Игра «Эстафета».	2		
42	Игра «Полоса препятствий», «Пятнашки»	1		
43	Игра «Рыбаки и рыбки».	2		
44	Игра-эстафета «Собери – пирамидку ». «Строим дом».	2		
45	Игры «Мяч по кругу», «Паровоз»	2		
46	Эстафеты с бегом и передачей предмета	2		
47	Игры «Море волнуется»,	1		
48	«Поймай комара»	1		
49	«Чудесный мешочек».	1		
50	Игры «Запрещенное движение», «Карлики и великаны»	2		
51	Игры «Охотники и утки», «Запрещенное движение»	1		
<b>Общее количество часов:</b>			<b>68</b>	

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### по физической культуре 2 класс

№	Раздел (тема урока)	Количество часов	Дата проведения	Основные виды учебной деятельности
---	------------------------	------------------	-----------------	------------------------------------

	<b>Физическая подготовка</b>	<b>22</b>		
1	Инструктаж по технике безопасности на урока физической подготовки.	1		<p>- умение координировать согласованность действий обеих рук, последовательных движений по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;</p> <p>- умение выполнять разминочные упражнения, проявление самостоятельности при выполнении движений и действий в конкретной ситуации;</p> <p>- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы, быстроты;</p> <p>- умение наблюдать за своим самочувствием при выполнении физических упражнений;</p> <p>- проявление интереса к одному из видов спортивной деятельности (бег, прыжки, ходьба, общеразвивающие упражнения, ползание, лазание)</p>
2	Принятие исходного положения для построения и перестроения: основная стойка, стойка «ноги на ширине плеч», «ноги на ширине ступни».	2		
3	Построение в колонну по одному, в одну шеренгу, перестроение из шеренги в круг	2		
4	Размыкание на вытянутые руки в стороны, на вытянутые руки вперед.	1		
5	Дыхательные упражнения: произвольный вдох (выдох) через рот (нос), произвольный вдох через нос (рот), выдох через рот (нос). Одновременное (поочередное) сгибание (разгибание) пальцев.	2		
6	Движения плечами вперед (назад, вверх, вниз).	1		
7	Движения головой: наклоны вперед (назад, в стороны), повороты, круговые движения.	1		
8	Наклоны туловища в сочетании с поворотами.	1		
9	Переход из положения «лежа» в положение «сидя» (из положения «сидя» в положение «лежа»)	2		
10	Передача предметов в шеренге (по кругу, в колонне).	2		
11	Броски среднего (маленького) мяча двумя руками вверх (о пол, о стенку).	2		

12	Ловля среднего (маленького) мяча одной (двумя) руками.	2		
13	Бросание мяча на дальность.	2		
14	Сбивание предметов большим(малым) мячом.	2		
15	Броски (ловля) мяча в ходьбе (беге).	2		
	<b>Физическая подготовка</b>	<b>20</b>		
16	Ходьба с высоким подниманием колен.	1		<p>- выполнение движений и действий по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно или с помощью взрослого;</p> <p>- выполнение действий с мячом: броски в цель и умение ловить мячи среднего размера;</p> <p>- выполнение ходьбы по ровной дорожке (или по скамейке), друг за другом, в паре;</p> <p>- умение стоять друг за другом, строиться шеренгой, стоять взявшись за руки;</p> <p>- умение по сигналу прыгать на двух, на одной ноге на месте, взявшись за руки в паре на двух ногах;</p> <p>- Умение ползать, подползать, переползать через препятствие;</p> <p>- выполнение доступных разминочных упражнений</p>
17	Ходьба по гимнастической скамейке.	1		
18	Упражнения с сопротивлением	1		
19	Ходьба с удержанием рук за спиной (на поясе, на голове, в стороны).	1		
20	Ходьба в умеренном (медленном, быстром темпе.	2		
21	Бег в умеренном (медленном, быстром) темпе.	2		
22	Бег с изменением темпа и направления движения.	2		
23	Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед (назад, вправо, влево)).	2		
24	Ползание на животе, на четвереньках.	2		
25	Подлезание под препятствия на животе, на четвереньках.	2		
26	Выполнение лазания по гимнастической стенке	2		
27	Вис на канате	2		
	<b>Лыжная подготовка</b>	<b>11</b>		

28	Инструкция по технике безопасности на уроках лыжной подготовки. Узнавание лыжного инвентаря (лыжи, палки, ботинки).	1		- умение выполнять целенаправленные движения и действия доступным способом;
29	Транспортировка лыжного инвентаря. Соблюдение последовательности действий при креплении ботинок к лыжам.	1		- умение координировать действия обеих рук, координации, последовательные движения по речевой инструкции, или по показу взрослого самостоятельно, или с помощью взрослого;
30	Чистка лыж от снега. Стояние на параллельно лежащих лыжах.	1		- умение самостоятельно выполнять элементарные разминочные упражнения с учетом своих возможностей
31	Стояние на параллельно лежащих лыжах.	1		- проявление активности при совершенствовании физических качеств
32	.Выполнение поворотов, стоя на лыжах.	1		
33	Выполнение попеременного двушажного хода.	1		
34	Выполнение ступающего шага. Выполнение поворотов, стоя на лыжах.	1		
35	Выполнение скользящего шага. Выполнение попеременного двушажного хода.	1		
36	Преодоление подъемов ступающим шагом («лесенкой», «полу ёлочкой», «елочкой»).	1		
37	Выполнение торможения при спуске со склона нажимом палок («полу плугом», «плугом», падением).	2		
	<b>Коррекционные подвижные игры</b>	<b>12</b>		
38	Инструкция по технике безопасности на уроках спортивных и подвижных игр.	1		- активное участие в подвижных играх (на уроках, на спартакиадах, на спортивных соревнованиях).
39	Подвижная игра «Стоп, хоп, раз»	2		- проявление активности при совершенствовании физических качеств: ловкости, силы,
40	Подвижная игра «Болото»	1		



				быстроты -Понимание правил игры
41	Подвижная игра «Полоса препятствий»	1		
42	Подвижная игра «Пятнашки»	1		
43	Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»	1		
44	Подвижная игра «Собери пирамидку»	2		
45	Подвижная игра «Бросай-ка»	2		
46	Подвижная игра «Быстрые санки»	1		
47	Подвижная игра «Строим дом»	1		
<b>Общее количество часов:</b>			<b>68</b>	

### **Материально-техническое обеспечение.**

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания обучающихся. Размеры и масса инвентаря соответствуют возрастным особенностям обучающихся.

1. гимнастические стенки;
2. гимнастические скамейки разной высоты;
3. канаты, обручи разного диаметра;
4. гимнастические маты;
5. мячи резиновые разного диаметра;
6. гимнастические палки;
7. скакалки;
8. мячи набивные;
9. волейбольные мячи;
10. Баскетбольные мячи;
11. Гимнастический козлик;
12. Гимнастический мостик;
13. Лыжи;

14. Лыжные палки;
15. Лыжные ботинки;
16. Баскетбольные корзины;
17. Волейбольная сетка;
18. Стойка для прыжков в высоту;
19. Мишени для дартса;
20. Материалы для подвижных игр (хоккейные клюшки, кегли, флажки и т.д.).
21. Мягкие модули

#### **Электронно-образовательные ресурсы:**

- презентации и видеоролики по темам программы;
- аудиозаписи (CD);
- информационные сайты, интернет-ресурсы:

Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». <http://www.openclass.ru/sub/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0>

Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>

Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

[http://www.itn.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib) сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль пед.идей «Открытый урок»