Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Муллашинская средняя общеобразовательная школа
Тюменского муниципального района

Рассмотрено на заседании ШМО
учителей начальных классов
Баширова А.М
№ протокола _____
«29» 08 2023г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
Нигматуллина Н.В.
«30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Юсупова Р.М.
«30» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет	Адаптивная физическая культура (АООП для слабослышащих и позднооглохших обучающихся (Вариант 2.2)
Учебный год	2023-2024
Класс	3
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Учитель: Ищенко Елена Ивановна

Статус документа

Составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2). На основе примерной адаптированной основной образовательной программы в рамках реализации Федерального государственного образовательного стандарта для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (вариант 2.2). Программы по физической программе, автор Лях В.И.

1. Пояснительная записка

Укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры.

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

Основные цели начального обучения физкультуре:

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных **задач,** направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Цель программы: создание воспитательно-образовательной среды, способствующей сохранению физического, психического, социального здоровья и социализации обучающихся.

Основные задачи программы:

- Обеспечение права ребенка с ограниченными возможностями здоровья на качественное образование.
- Создание условий, обеспечивающих личностный рост всех субъектов образовательного процесса.
- Внедрение технологий здоровьесбережения.
- Обеспечение медико-психолого-педагогического сопровождения обучающихся и выпускников.
- Совершенствование воспитательной работы.
- Обновление деятельности подразделений образовательного учреждения.
- Способствовать повышению профессионального роста всех участников образовательного процесса.

В связи со специфичностью контингента учащихся школы, психофизических возможностей и общего уровня развития школьников с нарушенным слухом при разработке программы *учитывались* ***специфические принципы обучения слабослышащих учащихся.***

Специфические принципы обучения слабослышащих обучающихся:

- учет социальных факторов в формировании личности слабослышащего школьника;

- специальная система обучения слабослышащих детей языку как важнейшее средство преодоления аномального хода развития обучающихся;
- обучение основам наук в единстве с усвоением родного языка как средства общения;
- максимальное обогащение речевой практики;
- активизация разных видов деятельности учащихся в учебно – воспитательном процессе;
- компенсированная направленности обучения в единстве с развитием сенсорной базы слабослышащих детей;
- единство практического овладения системой научных знаний и обучения основам наук.

В преподавании курса окружающего мира в специальной (коррекционной) школе наряду с традиционными формами и методами обучения целесообразно использовать и *специфические методы обучения*. Овладение педагогом специфическими методами обучения позволяет решать специфические задачи по преодолению речевого недоразвития учащихся, формированию их речи как средства общения и орудия мышления. Решение задач речевого развития глухих и слабослышащих учащихся должно пронизывать всю учебно-воспитательную работу. Специфические методы основываются на использовании предметно-практической деятельности в учебном процессе. Для глухих и слабослышащих детей основными источниками знаний являются наблюдения и личный опыт, приобретаемый через предметно-практическую и трудовую деятельность.

В данной программе предусмотрено снижение нагрузки на память учащихся, уменьшение количества биологических терминов и понятий.

2. Общая характеристика курса

Особенностью физической культуры как учебного предмета является ее деятельностный характер. Задача формирования представлений о физической культуре не является самоцелью, а знания, которые приобретает младший школьник, выступают средством развития его физической деятельности, овладения физической культурой как частью общей культуры человека. Процесс обучения структурируется в зависимости от этапа, целей, ставящихся на каждом из этапов обучения, и может быть связан с освоением того или иного способа физической деятельности, овладением физическим упражнением, развитием физических качеств и т.п. Для полноты реализации программного содержания, помимо уроков физической культуры как ведущей формы организации обучения, используются физкультурно-оздоровительные занятия в режиме учебного дня и учебной недели, спортивно-массовые мероприятия и педагогически организованные формы занятий после уроков (спортивные соревнования, спортивные праздники, спортивные кружки, занятия лечебной физической культурой).

При организации целостного образовательного процесса в начальной школе особое значение приобретают межпредметные связи: содержание физической культуры соотносится с содержанием таких учебных предметов, как окружающий мир, литературное чтение, математика и искусство. При этом, разрабатывая межпредметное содержание в структуре этих образовательных дисциплин, целесообразно ориентироваться на расширение и углубление знаний о физической культуре, закрепление общих учебных умений, навыков и способов деятельности, которые формируются в процессе освоения школьниками содержания учебного предмета «Физическая культура». Это, касается прежде всего выполнения правил гигиены, здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья.

Особые образовательные потребности слабослышащих детей

Только удовлетворяя *особые образовательные потребности слабослышащего ребенка*, можно открыть ему путь к получению качественного школьного образования, это:

- условия обучения, обеспечивающие деловую и эмоционально комфортную атмосферу, способствующую качественному образованию и личностному развитию обучающихся, формированию активного сотрудничества детей в разных видах учебной и внеурочной деятельности, расширению их социального опыта, взаимодействия со взрослыми и сверстниками, в том числе, имеющими нормальный слух;
- преодоление ситуативности, фрагментарности и однозначности понимания происходящего с ребенком и его социокультурным окружением;

- специальная помощь обучающимся в осмыслении, упорядочивании, дифференциации и речевом опосредовании индивидуального жизненного опыта, «проработке» его впечатлений, наблюдений, действий, воспоминаний, представлений о будущем;
- учёт специфики восприятия и переработки информации, овладения учебным материалом в процессе обучения глухих детей и оценке их достижений;
- установка педагога на организацию обучения, исключающего возможность формального освоения и накопления знаний;
- применение в образовательно – коррекционном процессе в качестве вспомогательных средств жестовой речи и дактилологии при соотношении разных видов речи – словесной (в письменной и устной формах), дактильной и жестовой, с учетом их необходимости для качественного образования, наиболее полноценного развития, интеграции в обществе;
- систематическая специальная (коррекционная) работа по формированию и развитию речевого слуха, слухо-зрительного восприятия устной речи, ее произносительной стороны, восприятия неречевых звучаний, включая музыку, как важного условия овладения обучающимися устной речью, речевым поведением, их всестороннего развития, социальной адаптации; развитие умений пользоваться индивидуальными слуховыми аппаратами, звукоусиливающей аппаратурой коллективного и индивидуального пользования и др., следить за ее состоянием, оперативно обращаться за помощью в случае появления дискомфорта;
- специальная помощь в осознании своих возможностей и ограничений;
- развитие умении вступать в коммуникацию при использовании вербальных и невербальных средств с учетом ситуации и задач общения, средств коммуникации, которыми владеют его участники с целью реализации собственных познавательных, социокультурных и коммуникативных потребностей, разрешения возникающих трудностей, корректного отстаивания своих прав;
- организация внимания глухого ребенка к жизни близких людей, переживаниям близких взрослых и соучеников, специальная помощь в понимании взаимоотношений, связи событий, поступков и настроений.

3. Место учебного предмета в учебном плане

На занятия физкультурой во 3 классе начальной школы отводится 2 ч в неделю. Курс рассчитан на 68 ч (34 учебные недели).

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

1. **Ценность жизни** – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.
2. **Ценность природы** основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.
3. **Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.
4. **Ценность добра** – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.
5. **Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.
6. **Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.
7. **Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

8. **Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.
9. **Ценность социальной солидарности** как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.
10. **Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.
11. **Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.
12. **Ценность человечества** – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

5. Результаты освоения учебного предмета в 3 классе

Личностные результаты

- Готовность и способность глухого ребенка к обучению, включая мотивированность к познанию.
- Интерес к освоению новых знаний и способов двигательных действий; положительное отношение к предмету физкультуры.
- Умение самостоятельно определять и высказывать самые простые, общие для всех людей правила поведения при совместной работе и сотрудничестве, приобщение к культуре общества (знание правил общения и их применение).
- Умение вести диалог с учителем, товарищами по классу в ходе решения задачи, выполнения групповой работы.
- Уважительное отношение к мнению собеседника.
- Умение отстаивать собственную точку зрения, проводить простейшие доказательные рассуждения.
- Умение самостоятельно делать выбор, какой поступок совершить, в предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения.
- Понимание причин своего успеха или неуспеха в учёбе.
- Стремление к активному участию в соревнования, играх и в различных видах деятельности.
- Понимание необходимости осознанного выполнения правил и норм школьной жизни.
- Освоение правил безопасной работы с чертёжными и измерительными инструментами.
- Понимание необходимости бережного отношения спортивному инвентарю и оборудованию и пр.

Метапредметные результаты

***Регулятивные УУД*:**

Обучающиеся научатся:

- Определять цель деятельности на уроке, обнаруживать и формулировать учебную проблему с помощью учителя и самостоятельно.
- Понимать, принимать и сохранять учебную задачу и решать её в сотрудничестве с учителем в коллективной деятельности.
- Составлять под руководством учителя план выполнения учебных заданий, проговаривая последовательность выполнения действий.
- Выполнять план действий и проводить пошаговый контроль его выполнения в сотрудничестве с учителем и одноклассниками.
- Высказывать свою версию, пытаться предлагать способ её проверки, работая по предложенному плану, использовать необходимые средства (учебник, простейшие приборы и инструменты).

- В сотрудничестве с учителем находить несколько способов решения учебной задачи, выбирать наиболее рациональный.
- Соотносить выполненное задание с образцом, предложенным учителем.
- Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем.
- Проводить самооценку и самоконтроль результатов своей учебной деятельности.

***<u>Познавательные УУД</u>*:**

Обучающиеся научатся:

- Ориентироваться в своей системе знаний: понимать, что нужна дополнительная информация (знания) для решения учебной задачи в один шаг.
- Добывать новые знания: находить необходимую информацию как в учебнике, так и в предложенных учителем словарях и энциклопедиях; извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.).
- Перерабатывать полученную информацию: наблюдать и делать самостоятельные выводы.
- Проводить сравнение (по одному или нескольким основаниям), понимать выводы, сделанные на основе сравнения;
- Выделять в явлениях несколько признаков, а также различать существенные и несущественные признаки (для изученных физкультурных понятий);
- Выполнять под руководством учителя двигательные действия.
- Проводить аналогию и на её основе строить выводы; проводить классификацию изучаемых объектов.
- Строить простые индуктивные и дедуктивные рассуждения;
- Выполнять элементарную поисковую познавательную деятельность на уроках физкультуры.

***<u>Коммуникативные УУД</u>*:**

Обучающиеся научатся:

- Слушать и понимать речь других.
- Доносить свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Участвовать в диалоге; слушать и понимать других в различных видах деятельности;
- Взаимодействовать со сверстниками в группе, коллективе; принимать участие в совместном с одноклассниками решении проблемы (задачи), выполняя различные роли в группе.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Предметные результаты изучения курса

К концу обучения в 3 классе обучающиеся должны знать/понимать:

- понимать значение укрепления здоровья;
- выполнять распоряжения учителя для построений и перестроений в колонну по одному, в шеренгу, круг, выполнять повороты прыжком;
- выполнять основные виды движений рук, ног, туловища;
- выполнять серии 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, волейбола, ручного мяча, футбола;
- передвигаться на лыжах в медленном темпе на расстояние до 500 м.

6. Содержание курса

Легкая атлетика

Бег на 30-60м.
Метание в цель.
Прыжок в длину с места и с разбега

Кроссовая подготовка

Равномерный бег от 3 до 9 мин

Гимнастика

Висы
Строевые упражнения:

1. *Размыкание и смыкание в строю*
2. *Перестроение из одной шеренги в две*
3. *Перестроение из колонны по одному в две*
4. *Расчет на 1 и 2, на 1,2,3, по порядку*

Лазание по гимнастической стенке
Лазание по гимнастическим скамейкам

Лыжная подготовка

Одновременный бесшажный ход
Одновременный двухшажный ход
Спуск и подъем в гору

Подвижные игры на лыжах

Кроссовая подготовка
Равномерный бег от 3 до 9 мин
Чередование ходьбы и бега

Легкая атлетика
Прыжок в длину с разбега
Метание малого мяча
Специально-беговые упражнения

Подвижные игры

Календарно-тематическое планирование

Номер урока	Дата	Тема уроков	Ход урока	Домашнее задание
Легкая атлетика				
1		Физическая культура у древних народов	Работа на уроке	Комплекс 1
2		Виды физических упражнений	Работа на уроке	комплекс 1
3		Измерение пульса на уроках физической культуры	Работа на уроке	комплекс 1
4		Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	Работа на уроке	комплекс 1
5		Закаливание организма	Работа на уроке	комплекс 1
6		Дыхательная гимнастика	Работа на уроке	комплекс 1
7		Зрительная гимнастика	Работа на уроке	комплекс 1
8		Прыжок в длину с разбега	Работа на уроке	комплекс 1
9		Подводящие упражнения к прыжку с разбега, согнув ноги:;1 — спрыгивание с горки матов с выполнением техники приземления;;2 —спрыгивание с горки матов со сгибанием и разгибанием ног в коленях во время полёта	Работа на уроке	комплекс 1
Кроссовая подготовка				
10		3 — прыжки с места вперёд-верх толчком одной ногой с разведением и сведением ног в полёте; 4 — прыжки с прямого разбега через планку толчком одной ногой и приземлением на две ноги;;выполняют прыжок в длину с разбега, согнув ноги в полной координации	Работа на уроке	комплекс 1
11		Броски набивного мяча	Работа на уроке	комплекс 1
12		Бросок набивного мяча из-за головы в положении стоя на дальность	Работа на уроке	комплекс 1
13		Бросок набивного мяча из-за головы в положении сидя через находящуюся впереди на небольшой высоте планку	Работа на уроке	комплекс 1

14		Сдача контрольных нормативов ГТО: Бег 30 м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке	Работа на уроке	комплекс 1
15		Сдача контрольных нормативов ГТО: . Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Челночный бег 3х10м. Поднимание туловища из положения лежа на спине.	Работа на уроке	комплекс 1
16		Сдача контрольных нормативов ГТО: Бег на 1000 м. Метание мяча 150 г.	Работа на уроке	комплекс 1
Гимнастика				
17		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	Работа на уроке	комплекс 1
18		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	Работа на уроке	комплекс 1
19		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	Работа на уроке	комплекс 1
20		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	Работа на уроке	комплекс 1
21		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	Работа на уроке	комплекс 2
22		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	Работа на уроке	комплекс 1
23		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	Работа на уроке	комплекс 1
24		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	Работа на уроке	комплекс 1
25		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	Работа на уроке	комплекс 1
26		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	Работа на уроке	комплекс 1
27		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	Работа на уроке	комплекс 2
28		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	Работа на уроке	комплекс 2
29		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	Работа на уроке	комплекс 2
30		Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	Работа на уроке	комплекс 2
31		Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	Работа на уроке	комплекс 2
32		Ступающий шаг, скользящий шаг. Попеременный двухшажный ход.Одновременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке. Дистанция –1км	Работа на уроке	комплекс 2
33		Ступающий шаг, скользящий шаг. Попеременный двухшажный ход. Одновременный двушажный ход. Спуск в высокой стойке, подъем «лесенкой» Дистанция – 1-2км	Работа на уроке	комплекс 2

34		Ступающий шаг, скользящий шаг. Попеременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке. Подъем «лесенкой». Дистанция – 1-2км. Игры на лыжах.	Работа на уроке	комплекс 3
Лыжная подготовка				
35		Скользящий шаг. Одновременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке. Подъем «лесенкой». Дистанция – 1-2км. Игры на лыжах.	Работа на уроке	комплекс 3
36		Скользящий шаг. Одновременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке. Подъем «лесенкой». Дистанция – 1-2км. Игры на лыжах.	Работа на уроке	комплекс 3
37		Построение на лыжах. Скользящий шаг. Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке. Подъем«лесенкой». Повороты переступанием. Дистанция –1-2км. Игры на лыжах.	Работа на уроке	комплекс 3
38		Построение на лыжах. Скользящий шаг. Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Спуск в высокой стойке. Подъем«лесенкой». Повороты переступанием. Дистанция –1-2км. Игры на лыжах.	Работа на уроке	комплекс 3
39		Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Спуск в высокой стойке. Торможение«плугом». Повороты переступанием. Дистанция –1-2-3км.	Работа на уроке	комплекс 3
40		Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Спуск в высокой стойке.Торможение«плугом».Повороты переступанием. Дистанция –1-2-3км.	Работа на уроке	комплекс 3
41		Сдача контрольных нормативов ГТО. Бег на лыжах на 1 км.	Работа на уроке	комплекс 3
42		Строевые команды и упражнения	Работа на уроке	комплекс 3
43		Лазанье по канату. Подводящие упражнения (приседания из виса стоя на гимнастической перекладине; прыжки вверх с удерживанием гимнастического мяча между колен; подтягивание туловища двумя руками из положения лёжа на животе на гимнастической скамейке;	Работа на уроке	комплекс 3
44		Вис на гимнастическом канате со сгибанием и разгибанием ног в коленях);разучивают технику лазанья по канату (по фазам движения и в полной координации);	Работа на уроке	комплекс 3
45		Передвижения по гимнастической скамейке.	Работа на уроке	комплекс 3
46		Передвижения по гимнастической скамейке.	Работа на уроке	комплекс 3
47		Передвижения по гимнастической стенке.	Работа на уроке	комплекс 3
48		Передвижения по гимнастической стенке.	Работа на уроке	комплекс 3
49		Прыжки через скакалку	Работа на уроке	комплекс 3
50		Прыжки через скакалку	Работа на уроке	комплекс № 3
51		Ритмическая гимнастика	Работа на уроке	комплекс № 3
Гимнастика				
52		Движения танца галоп (приставной шаг в правую и левую сторону с подскоком и приземлением; шаг вперёд с подскоком и приземлением)	Работа на уроке	комплекс 3
53		Видеоматериал по технике основных видов плавания, обсуждают отличительные признаки их техники	Работа на уроке	комплекс 4

54		Беговые упражнения повышенной координационной сложности	Работа на уроке	комплекс 4
55		Челночный бег 3 × 5 м, челночный бег 4 × 5 м, челночный бег 4 × 10 м	Работа на уроке	Комплекс № 4
56		Челночный бег 3 × 5 м, челночный бег 4 × 5 м, челночный бег 4 × 10 м	Работа на уроке	комплекс 4
57		Пробегание под гимнастической перекладиной с наклоном вперёд, с наклоном вперед в сторону	Работа на уроке	комплекс 4
58		Бег через набивные мячи	Работа на уроке	комплекс 4
59		Бег с наступанием на гимнастическую скамейку	Работа на уроке	комплекс 4
60		Бег по наклонной гимнастической скамейке (вверх и вниз)	Работа на уроке	комплекс 4
61		Ускорение с высокого старта	Работа на уроке	комплекс 4
62		Ускорение с поворотом направо и налево	Работа на уроке	комплекс 4
63		Бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м	Работа на уроке	комплекс 4
64		Бег с максимальной скоростью на короткое расстояние с дополнительным отягощением (гантелями в руках весом по 100 г)	Работа на уроке	комплекс 4
65		Промежуточная аттестация. Сдача контрольных нормативов ГТО: Бег 30 м, Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке	Работа на уроке	комплекс 4
Легкая атлетика				
66		Сдача контрольных нормативов ГТО: . Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Челночный бег 3х10м. Поднимание туловища из положения лежа на спине.	Работа на уроке	комплекс 4
67		Сдача контрольных нормативов ГТО: Бег на 1000 м. Метание мяча 150 г.	Работа на уроке	комплекс 4
68		Сдача контрольных нормативов ГТО: Кросс на 2000 м	Работа на уроке	Комплекс 4

Учебно - методические пособия

№ п/п	Название	Авторы	Классы	Наличие электронного приложения
Учебники				
1.	Физическая культура	В.И. Лях	1-4	нет
Учебно-методические пособия				
1.	Поурочные разработки по физкультуре	А.Ю. Патрикеев к УМК В.И. Ляха («Школа России»)	3	нет

Список используемой литературы

1. ***Каинов, А. Н.*** Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях на основе баскетбола (программа А. П. Матвеева) / А. Н. Каинов. - Волгоград : ВГАФК, 2003. - 68 с.

2. Каинов, А. Н. Методические рекомендации планирования прохождения материала по предмету «Физическая культура» в основной школе на основе баскетбола : программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича / А. Н. Каинов, Н. В. Колышкина. - Волгоград : ВГАФК, 2005. - 52 с.

3. ***Лях, В. И***. Комплексная программа физического воспитания учащихся : 1-11 классы / В. И. Лях, А. А. Зданевич // Физкультура в школе. - 2004. - № 1-8.

4. ***Лях, В. И***. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010.-127 с.

5. *Настольная* книга учителя физической культуры / авт.-сост. **Г. И. Погадаев ; под ред. Л. Б. Кофмана.** -М. : Физкультура и спорт, 1998. -496 с.

6. *Настольная* книга учителя физической культуры : справ.-метод. пособие / сост. **Б. И. Мишин**. - М. : ООО «Изд-во АСТ» : ООО «Изд-во Астрель», 2003. - 526 с.

7. *Оценка* качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре / авт.-сост. **А. П. Матвеев, Т. В. Петрова**. - М.: Дрофа, 2001. - 128 с.

8. *Пояснительная* записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ Физкультура в школе. - 2006. - № 6.

9. *Физическое* воспитание учащихся 10-11 классов : пособие для учителя / под ред. **В. И. Ляха, Г. Б. Мейксона**. - М.: Просвещение, 1998. - 112с.

Информационные ресурсы

- http://www.zakonprost.ru/content/base/part/670573
- http://www.herzen.spb.ru/main