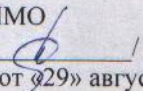
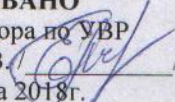



МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МО ГОРОД ИРБИТ
«ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 5»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Сайкова Е.Д. /  /
Протокол № 1 от «29» августа 2018г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
Пицало Е.В. /  /
«29» августа 2018г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Буньков Д.А. /  /
Приказ 50/1-од от «30» августа 2018г..

**Адаптированная рабочая программа
по физической культуре
для обучающихся с задержкой психического развития
(вариант 7.1)
(1-4 класс)**

Учебники:

Лях В.И Физическая культура.1 – 4 класс: учеб. для общеобразоват. организаций.
5-е изд. - М: Просвещение, 2018 г.

г. Ирбит

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	3
2 Основное содержание курса.....	5
3. Планируемые результаты.....	8
3. Тематическое планирование.....	10
5. Рекомендации по учебно-методическому и материально-техническому обеспечению образовательной деятельности	18
Источники.....	24
Приложение	

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовой базой разработки данной рабочей программы являются:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 28 часть 3);
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 № 1060, от 29.12.2014 № 1643, от 18.05.2015 № 507, от 31.12.2015 № 1577);
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;
4. Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15 (в редакции протокола № 3/15 от 28.10.2015 федерального учебно-методического объединения по общему образованию).
5. Федеральная комплексная программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. М.: Просвещение — 2012.
6. Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования МБОУ «Школа № 5», Приказ № 67-од от 28 августа 2015г. (в редакции от 31 августа 2016г.) Приказ № 59-од.

Адаптированная рабочая программа для обучающихся с ЗПР, разработана на основе рабочей программы основного начального общего образования по Физической культуре. Данная программа сохраняет основное содержание образования общеобразовательной школы по Физической культуре, но отличается коррекционной направленностью обучения. Это обусловлено особенностями усвоения учебного материала детьми, испытывающими стойкие трудности в обучении. При адаптации программы основное внимание обращено на овладение детьми практическими умениями и навыками, на уменьшение объема теоретических сведений, включение отдельных тем или целых разделов, материалов обзорного, ознакомительного характера.

В силу своих особенностей, данная категория детей испытывает трудности в усвоении учебного материала. Исходя из контингента обучающихся при организации образовательной деятельности используются коррекционно-развивающие технологии, разнообразные методы и приёмы педагогической поддержки, а именно, больший акцент делается на наглядных и практических методах обучения. А так же применяются индуктивные методы, репродуктивный метод, игровые методы, приемы опережающего обучения, приемы развития мыслительной активности, приемы выделения главного, прием комментирования и др.

В основу реализации адаптированной рабочей программы по положены принципы:

- **принципы государственной политики РФ** в области образования (гуманистический характер образования, единство образовательного пространства на территории Российской Федерации, светский характер образования, общедоступность образования, адаптивность системы образования к уровням и особенностям развития и подготовки обучающихся и воспитанников и др.);
- **принцип учета** типологических и индивидуальных образовательных потребностей обучающихся;
- **принцип коррекционной** направленности образовательного процесса;
- **принцип развивающей** направленности образовательного процесса, ориентирующий его на развитие личности обучающегося и расширение его «зоны ближайшего развития» с учетом особых образовательных потребностей;

- **принцип целостности содержания** образования, поскольку в основу структуры содержания образования положено не понятие предмета, а - «образовательной области»;
- **принцип направленности на формирование деятельности**, обеспечивает возможность овладения обучающимися с задержкой психического развития всеми видами доступной им предметно-практической деятельности, способами и приемами познавательной и учебной деятельности, коммуникативной деятельности и нормативным поведением;
- **принцип переноса** усвоенных знаний, умений, и навыков и отношений, сформированных в условиях учебной ситуации, в различные жизненные ситуации, что обеспечит готовность обучающегося к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире.

При обучении детей данной категории используются учебники общего типа (в соответствии с утвержденным списком учебников МБОУ «Школа № 5»).

Основная цель изучения учебного предмета «Физическая культура» – обеспечение выполнения требований ФГОС НОО посредством создания условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, всестороннее развитие личности обучающихся с ЗПР в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Основные задачи:

- сохранение и укрепление здоровья, в том числе закаливание организма; оптимальное развитие физических качеств и двигательных способностей; повышение функциональных возможностей организма, формирование навыков здорового и безопасного образа жизни, умений саморегуляции средствами физической культуры;
- формирование жизненно важных, в том числе спортивных двигательных навыков и умений, культуры движений; приобретение базовых знаний научно-практического характера по физической культуре;
- содействие развитию психомоторных функций; формирование морально – волевых качеств, духовно-нравственной культуры на основе национальных ценностей, а также на диалоге культур;
- обеспечение интеллектуального, морального, социокультурного, эстетического и физического развития личности обучающегося;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно-познавательного интереса к предмету «Физическая культура».

Рабочая программа учебного предмета адаптирована и предполагает внесение изменений:

- по количеству часов, отводимых на изучение элементов содержания программы, учитывая материально-техническое обеспечение и климатические условия региона: в 3-4 классах часы, отводимые на изучение темы «Плавание» (10 ч.) сокращены до 2 ч., остальные часы перераспределены на изучение разделов, «Подвижные игры» - 2ч., резервное время – 6 ч.).

Основными формами работы при реализации данной программы являются урок, фронтальная работа, индивидуальная работа, работа в парах и группах, коллективная работа.

Место курса в учебном плане

Согласно базисному учебному плану МБОУ «Школа № 5» всего на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 405 ч, из них в 1 классе 99ч (3 ч в неделю, 33 учебные недели), по 102 ч во 2, 3 и 4 классах (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе).

2.ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КУРСА (405 часов)

Учебный предмет «Физическая культура» является частью физического воспитания в целом, который направлен на решение приоритетных задач государства по повышению общего уровня здоровья нации, формированию ценностей здорового образа жизни, сохранению и укреплению здоровья подрастающего поколения.

Программный материал отражает все современные запросы общества: приобщение детей и подростков к занятиям физической культурой и спортом, воспитание национально – культурных ценностей и традиций, предоставление равных возможностей, в том числе для детей с нарушением состояния здоровья, повышение уровня физической подготовленности обучающихся, позволяющего выполнить нормы и требования *Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»* .

Содержание программного материала уроков состоит из двух основных частей: базовой и вариативной (дифференцированной).

Базовый компонент составляет основу государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры связана с учетом индивидуальных способностей обучающихся, с учетом местных особенностей работы школы.

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Плавание. Занятия по плаванию, в связи с отсутствием условий ограничиваются теоретическим материалом. Техника безопасности. Основные меры безопасности при купании в открытых водоёмах. Подводящие упражнения. Основные способы плавания: кроль на груди и спине, брас.

Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов.

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

На материале лёгкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями;

повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся с задержкой психического развития получают цензовое образование, поэтому планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» для этой категории обучающихся соответствуют требованиям ФГОС НОО.

Личностные результаты:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе ее выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультурминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- плавать, в том числе спортивными способами;
- выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика деятельности учащихся
1	2	3
Знания о физической культуре (19ч)		

Физическая культура		
<p>Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.</p> <p>Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря</p>	<p>Понятие о физической культуре.</p> <p>Основные способы передвижения человека.</p> <p>Профилактика травматизма</p>	<p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Выявлять различие в основных способах передвижения человека.</p> <p>Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p> <p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>
Из истории физической культуры		
<p>История развития физической культуры и первых соревнований.</p> <p>Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью</p>	<p>Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр.</p> <p>Особенности физкультуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа.</p> <p>Зарождение физической культуры на территории Древней Руси.</p> <p>Развитие в России в XVII-XIX вв.</p>	<p>Пересказывать тексты по истории физической культуры.</p> <p>Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека</p>
Физические упражнения		
<p>Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.</p> <p>Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.</p> <p>Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений</p>	<p>Представление о физических упражнениях.</p> <p>Представление о физических качествах.</p> <p>Общее представление о физическом развитии.</p> <p>Общее представление о физической подготовке.</p> <p>Что такое физическая нагрузка.</p> <p>Правила контроля за нагрузкой по частоте сердечных сокращений</p>	<p>Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).</p> <p>Характеризовать показатели физического развития.</p> <p>Характеризовать показатели физической подготовки.</p> <p>Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений</p>
Способы физкультурной деятельности		
Самостоятельные занятия		
<p>Составление режима дня.</p> <p>Выполнение простейших закаливающих процедур, оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки), комплексов</p>	<p>Режим дня и его планирование.</p> <p>Утренняя зарядка, правила ее составления и выполнения.</p> <p>Физкультминутки, правила их составления и выполнения.</p> <p>Закаливание и правила проведения закаливающих процедур.</p>	<p>Составлять индивидуальный режим дня.</p> <p>Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p> <p>Оценивать свое состояние</p>

упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств	Осанка и комплексы упражнений по профилактике ее нарушения. Комплексы упражнений для развития физических качеств	(ощущения) после закаливающих процедур. Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости
Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью		
Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений	Измерение показателей физического развития. Измерение показателей развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений	Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями. Измерять показатели развития физических качеств. Измерять частоту сердечных сокращений
Самостоятельные игры и развлечения		
Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах)	Игры и развлечения в зимнее время года. Игры и развлечения в летнее время года. Подвижные игры с элементами спортивных игр Народные подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности
Физическое совершенствование		
Физкультурно-оздоровительная деятельность		
Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов; с предметами. Комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, в том числе входящих в программу ВФСК «ГТО».	Оздоровительные формы занятий. Развитие физических качеств. Профилактика утомления	Выполнять комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой без предметов (с предметами, в том числе входящих в программу ВФСК «ГТО») Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз
Спортивно-оздоровительная деятельность		
Гимнастика с основами акробатики (119ч.)		
Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. <i>Акробатические упражнения.</i> Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад;	Движения и передвижения строем. Акробатика.	Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Описывать технику разучиваемых

<p>гимнастический мост.</p> <p><i>Акробатические комбинации.</i> Например:</p> <p>1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;</p> <p>2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.</p> <p><i>Упражнения на низкой гимнастической перекладине:</i> висы, перемахи.</p> <p><i>Гимнастическая комбинация.</i> Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.</p> <p><i>Опорный прыжок:</i> с разбега через гимнастического козла.</p> <p><i>Гимнастические упражнения прикладного характера.</i> Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке</p>	<p>Снарядная гимнастика</p> <p>Прикладная гимнастика</p>	<p>акробатических упражнений.</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений прикладной направленности.</p> <p>Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.</p> <p>Проявлять качества силы и координации при выполнении упражнений прикладной</p>
---	--	--

		направленности. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности
Легкая атлетика (96ч.)		
<p>Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p> <p>Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.</p>	<p>Беговая подготовка.</p> <p>Прыжковая подготовка.</p>	<p>Описывать технику беговых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.</p> <p>Осваивать технику бега различными способами.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Описывать технику прыжковых упражнений.</p> <p>Осваивать технику прыжковых упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Описывать технику бросков большого набивного мяча.</p> <p>Осваивать технику бросков большого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча.</p>

<p>Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность</p>	<p>Броски большого мяча.</p> <p>Метание малого мяча</p>	<p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча.</p> <p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>
<p>Лыжные гонки (48ч.)</p>		
<p>Передвижение на лыжах разными способами.</p> <p>Повороты; спуски; подъемы; торможения</p>	<p>Лыжная подготовка.</p> <p>Технические действия на лыжах</p>	<p>Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.</p> <p>Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.</p> <p>Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>
<p>Подвижные и спортивные игры (95ч.)</p>		
<p><i>На материале гимнастики с основами акробатики:</i> игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p><i>На материале легкой атлетики:</i> прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p><i>На материале лыжной подготовки:</i> эстафеты в передвижениях на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.</p> <p><i>На материале спортивных игр:</i></p> <p>Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на</p>	<p>Подвижные игры.</p> <p>Спортивные игры.</p>	<p>Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.</p> <p>Излагать правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p> <p>Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во</p>

<p>материале футбола.</p> <p><i>Баскетбол:</i> специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p><i>Волейбол:</i> подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта</p>	<p>Общефизическая подготовка</p>	<p>время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества</p>
Плавание (4ч.)		
<p>Сведения о значении занятий плаванием для здоровья. Способы плавания и их особенности. Сведения о личной гигиене и санитарии;</p> <p>Правила поведения в бассейне (в душе, раздевалке, на воде).</p> <p>Правила безопасности на водоеме, при катании на лодках, при передвижении по-осеннему, весеннему льду.</p> <p>Подводящие упражнения : вхождения в воду; упражнения для освоения способов плавания(кроль, брас, баттерфляй)</p> <p>Оказание помощи тонущему и способы его транспортировки</p>	<p>Плавание</p>	<p>Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма в воде.</p> <p>Описывать технику подводящих упражнений.</p> <p>Знать и применять правила личной гигиены и санитарии, а также правила безопасности в бассейне и в повседневной жизни.</p> <p>Применять и пропагандировать среди сверстников правила безопасности на водоеме, при катании на лодках, при передвижении по- осеннему, весеннему льду</p> <p>Знать и при необходимости применять правила оказания помощи тонущему.</p>
	<p>Резерв (24ч.)</p>	

3.1 ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО КЛАССАМ

1 КЛАСС - 99 часа (33 уч. н./3часа)

№ п/п	<i>Наименование разделов и тем</i>	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	4
2	Легкая атлетика	24

3	Гимнастика с основами акробатики	30
4	Подвижные игры, элементы спортивных игр	23
5	Лыжные гонки	12
6	Резерв учебного времени	6
Итого		99

2 КЛАСС - 102 часа (34 уч. н./3 часа)

№ п/п	<i>Наименование разделов и тем</i>	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	6
2	Легкая атлетика	24
3	Гимнастика с основами акробатики	30
4	Подвижные игры, элементы спортивных игр	24
5	Лыжные гонки	12
	Резерв учебного времени	6
Итого		102

3 КЛАСС - 102 часа (34 уч. н./3 часа)

№ п/п	<i>Наименование разделов и тем</i>	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	4
2	Легкая атлетика	25
3	Гимнастика с основами акробатики	29
4	Подвижные игры, элементы спортивных игр	24
5	Лыжные гонки	12
6	Плавание	2
7	Резерв учебного времени	6
Итого		102

4 КЛАСС - 102 часа (34 уч. н./3 часа)

№ п/п	<i>Наименование разделов и тем</i>	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	5
2	Легкая атлетика	23
3	Гимнастика с основами акробатики	30
4	Подвижные игры, элементы спортивных игр	24
5	Лыжные гонки	12
6	Плавание	2
7	Резерв учебного времени	6
Итого		102

5. РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УЧЕБНО МЕТОДИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ И МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Д - демонстрационный экземпляр (не менее одного на класс);

К – полный комплект (на каждого ученика класса);

П – комплект для работы в группах (один на 5 учащихся).

Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое кол-во	Наличие	Сроки обновления	Примечания
БИБЛИОТЕЧНЫЙ ФОНД (КНИГОПЕЧАТНАЯ ПРОДУКЦИЯ)				
ФГОС НОО с ОВЗ (с изменениями и дополнениями)	Д	имеется	По мере принятия изменений	Обновляемый электронный ресурс
Примерная основная образовательная программа (от 08.04.2015)	Д	имеется	По мере принятия изменений	Обновляемый электронный ресурс
Авторские учебные программы НОО по физической культуре	Д	имеется		Обновляемый электронный ресурс
Примерная программа по физической культуре начального общего образования по физической культуре	Д	имеется		Обновляемый электронный ресурс
Авторские рабочие программы по физической культуре	Д	имеется		Обновляемый электронный ресурс
Учебник по физической культуре	К	имеется	По плану	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендуемых или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
Дидактические материалы по основам разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	Г	Планируется к разработке		Комплекты разноуровневых тематических заданий, дидактических карточек.
Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, Олимпийскому движению	Д	имеется		В составе библиотечного фонда

Методически издания по физической культуре для учителей	Д	имеется		Методические пособия и рекомендации «Физическая культура в школе»
ПЕЧАТНЫЕ ПОСОБИЯ				
Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	имеется		ЦОР
Плакаты методические	Д	Планируется приобрести		Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и коррекционным упражнениям
Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры спорта и Олимпийского движения	Д	Планируется приобрести	1 раз в 4 года	Обновляемый электронный ресурс
ЭКРАННО-ЗВУКОВЫЕ ПОСОБИЯ				
Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	Д	имеется		электронный ресурс
Аудиозаписи	Д	Планируется приобрести		Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ				
Телевизор	Д	имеется		Телевизор не менее 72 см по диагонали Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
Видеомагнитофон с комплектом видеокассет	Д			
Аудио-центр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	имеется		Аудио-центр с возможностью использования аудио-дисков, CD R, CD RW, MP3, а также магнитных записей
Радиомикрофон (петличный)	Д	Планируется приобрести		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного

				учреждения (расположение: актовый зал)
Мегафон	Д			
Мультимедийный проектор	Д	имеется		Тех. требования: графическая операционная система, привод для чтения-записи компакт дисков, аудио-видео входы/выходы, возможность выхода в Интернет с пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных).
Принтер лазерный	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения (расположение
Сканер	Д	имеется		
Копировальный аппарат	Д	имеется		
Цифровая видеокамера	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения (расположение
Цифровая фотокамера	Д	имеется		
Мультимедиапроектор	Д	имеется		
Интерактивная доска	Д	имеется		
УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ				
Гимнастика				
Стенка гимнастическая	Г	имеется		
Бревно гимнастическое напольное	Г	Планируется приобрести		
Бревно гимнастическое высокое	Г			
Козел гимнастический	Г	Планируется приобрести		
Конь гимнастический	Г	Планируется приобрести		
Перекладина гимнастическая	Г	Планируется приобрести		
Канат для лазания, с механизмомкрепления	Г	имеется		
Наименование объектов средств материально-технического обеспечения	Необходимое кол-во	Наличие	Сроки обновления	Примечания

Мост гимнастический подкидной	Г	имеется	2020	
Скамейка гимнастическая жесткая	Г	Планируется приобрести		
Скамейка гимнастическая мягкая	Г			
Комплект навесного оборудования	Г	Планируется приобрести		В комплект входят: перекладина, брусья, мишени для метания
Коврик гимнастический	К	Планируется приобрести		
Станок хореографический	Г			
Акробатическая дорожка	Г	Планируется приобрести		
Маты гимнастические	Г	Имеется 6 шт.	2021	
Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	Г	имеется	2020	
Мяч малый (теннисный)	К	имеется		
Скакалка гимнастическая	К	имеется	2021	
Мяч малый (мягкий)	К	Планируется приобрести		
Палка гимнастическая	К	Планируется приобрести		
Обруч гимнастический	К	имеется	2020	
Коврики массажные	Г	Планируется приобрести		
Секундомер настенный с защитнойсеткой	Д	Планируется приобрести		
Пылесос	Д	Планируется приобрести		Для влажной уборки зала и спортивного инвентаря Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
Сетка для переноса малых мячей	Д			
Планка для прыжков в высоту	Д	имеется		
Стойки для прыжков в	Д	имеется		

высоту				
Флажки разметочные на опоре	Г	Планируется приобрести		
Лента финишная	Д	Планируется приобрести		
Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	Планируется приобрести		
Рулетка измерительная (10м; 50м)	Д	Планируется приобрести	2019	Имеется 3 м,5 метровые
Номера нагрудные	Г	Планируется приобрести		
Лыжный комплекты	К	имеется	2019	Обновить и дополнить
Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	Планируется приобрести		
Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	имеется		
Мячи баскетбольные	Г	имеется	2019	
Сетка для переноса и хранения б/ мячей	Д		2022	
Жилетки игровые с номерами	Г	Планируется приобрести		
Стойки волейбольные универсальные	Д	Планируется приобрести		
Сетка волейбольная	Д	имеется		
Мячи волейбольные	К/Г	имеется	2020	
Сетка для переноски и хранения в/мячей	Д	имеется	2022	
Табло перекидное	Д	Планируется приобрести		
Жилетки игровые с номерами	Г	Планируется приобрести		
Ворота для мини-футбола	Д			
Сетка для ворот мини-футбола	Д			
Мячи футбольные	Г	имеется	2019	
Номера нагрудные	Г	Планируется приобрести		
Компрессор для накачивания мячей	Д	имеется		
Тонометр автоматический	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения (мед.кабинет)
Весы медицинские с ростомером	Д	имеется		
Аптечка медицинская	Д	имеется	ежегодно	
Доскааудиторная с магнитной поверхностью	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
СПОРТИВНЫЕ ЗАЛЫ				

Спортивный зал игровой		имеется		
Спортивный зал гимнастический		отсутствует		
Зоны рекреации		отсутствует		Для проведения динамических пауз (перемен)
Кабинет учителя		отсутствует		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		имеется		Включает в себя: стеллажи, контейнеры
ПРИШКОЛЬНЫЙ СТАДИОН (ПЛОЩАДКА)				
Легкоатлетическая дорожка	Д	имеется		Имеется на прилегающей территории
Сектор для прыжков в длину	Д	имеется		
Сектор для прыжков в высоту	Д	имеется		
Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	имеется		
Площадка игровая баскетбольная	Д	имеется		
Площадка игровая волейбольная	Д	имеется		
Гимнастический городок	Д	имеется		
Полоса препятствий	Д	имеется		
Лыжная трасса	Д	имеется		Прокладывается ежегодно на прилегающей территории , включающей небольшие отлогие склоны

Источники:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования от 6 октября 2009 г. № 373 (с дополнениями и изменениями).
2. Приказ Министерства образования РФ от 29.12.2014 г. № 1643 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373».
3. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья от 19 декабря 2014 г. N 1598
4. Приказ Министерства образования РФ от 01.02.2012 г. № 74 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 года N 1312».
5. Примерные программы по учебным предметам. – М.: Просвещение, 2010.
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «О рабочих программах учебных предметов» от 25.10.2015 № 08-1786
7. Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ по разработке рабочих программ.
8. Приказ МОиН РФ от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
9. Письмо Минобразования РФ от 31.10.2003 n 13-51-263/123 "Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой
10. Лях, В. И. Физическая культура. 1-4 классы : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2011.. Лях, В. И. Физическая культура. 1-4 классы. Рабочие программы / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2012.

ОЦЕНКА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Оценка учебных достижений обучающихся производится с учетом целей предварительного, текущего, этапного и итогового педагогического контроля по предмету «Физическая культура».

Если у обучающихся есть противопоказания по состоянию здоровья, относящиеся к освоению физической культуры, оценка успеваемости производится с учетом медицинских ограничений, по критериям оценивания обучающихся с нарушением состояния здоровья¹.

Предметом итоговой оценки освоения обучающимися образовательной программы должно быть достижение предметных и метапредметных результатов необходимых для продолжения обучения, жизненной и социальной адаптации.

Результаты промежуточной аттестации должны отражать динамику индивидуальных достижений обучающихся с учетом их состояния здоровья и физиологических особенностей.

Оценивание индивидуальных достижений обучающихся, осуществляется с помощью основных критериев оценивания деятельности обучающихся по модулям программы и носит формирующий характер.

При оценивании индивидуальных достижений обучающихся выявляется полнота и глубина изучаемого (изученного) материала знаний теоретических сведений, степень освоения двигательных действий в объеме изучаемых требований, уровень развития физических способностей, результат улучшения личных показателей (см., сек., м, раз), систематичность и качество выполнения самостоятельной физкультурно-оздоровительной деятельности.

Знания и теоретические сведения могут проверяться в ходе урока применительно к содержанию изучаемого практического материала. Так проверяется и оценивается знание терминологии, правил соревнований и требований безопасности, умение описать технику выполняемого двигательного действия и объяснить его особенности, определить и исправить свои и чужие ошибки и т.д.

дети, имеющие основную медицинскую группу перенесшие заболевания (травмы) в течении учебного года; дети, имеющие подготовительную медицинскую группу и специальную медицинскую группу

Оценка		Требования
зачтено	5 (отлично)	Точное соблюдение всех технических требований, предъявляемых к выполняемому двигательному действию. Двигательное действие выполняется слитно, уверенно, свободно.
	4 (хорошо)	Двигательное действие выполняется в соответствии с предъявленными требованиями, слитно, свободно, но при этом было допущено

¹ дети, имеющие основную медицинскую группу перенесшие заболевания (травмы) в течении учебного года; дети, имеющие подготовительную медицинскую группу и специальную медицинскую группу «А»

		не более двух незначительных ошибок.
	3(удовлетворительно)	Двигательное действие выполняется в своей основе верно, но с одной значительной или не более чем с тремя незначительными ошибками.
не зачтено	2 (неудовлетворительно)	При выполнении двигательного действия допущена грубая ошибка или число незначительных ошибок более трёх.
	1	Двигательное действие не выполнено.

Характер ошибок определяется на единой основе:

- незначительная ошибка – неточное выполнение деталей двигательного действия, ведущее к снижению его эффективности;
- значительная ошибка - невыполнение общей структуры двигательного действия (упражнения);
- грубая ошибка - искажение основы техники двигательного действия.

Оценивается степень понимания обучающимися технических особенностей двигательного действия, умение анализировать и исправлять собственные ошибки.

При оценивании приобретенных навыков технические показатели оцениваются в условиях практического использования двигательного действия (в изменяющихся внешних условиях, при повышенных волевых и физических условиях, в соединении с другими действиями и т.д.). При проверке навыков, допускающих выявление количественных достижений, технические показатели проверяются одновременно и оцениваются во взаимосвязи с количественными результатами.

При оценивании обучающихся в совершенствовании определённых физических качеств учитываются изменения в их уровне физической подготовленности за время учебного процесса.

Оценка качества образовательной деятельности обучающихся осуществляется с помощью:

- определения объема теоретических знаний в структуре информационной компетентности;
- определения объема и качественных характеристик практических действий, видов деятельности (коммуникативная, игровая, учебная, контрольно-оценочная, тренировочная и др.), реализующих освоенные знания;
- обеспечения комплексного подхода к оценке результатов освоения учебного предмета, позволяющего вести оценку предметных, метапредметных и личностных результатов;
- обеспечения оценки динамики индивидуальных достижений обучающихся в процессе освоения учебного предмета;
- оценки готовности реализовывать способы физкультурной деятельности, степени освоенности (самостоятельности), систематичности;
- определения предпочтительных качеств и способностей, например, динамики развития объема и степени сформированности двигательных умений и навыков, динамики показателей физической подготовленности и др., при этом учитываются индивидуальные первичные результаты;

- оценки степени направленности личности на физическое совершенство, формирование готовности к коррекционной и развивающей деятельности в различных видах двигательной активности;
- определения требований, позволяющих оценивать освоение обучающимися дополнительных технических элементов, вариативных способов двигательной деятельности, основ техники, избранных видов спорта и т.д.;
- оценки сформированности устойчивой мотивации к занятиям физической культурой.

Критериями оценки качества усвоения знаний теоретического раздела являются: полнота, точность и осознанность полученных знаний, что выражается в объеме, логичности, аргументированности устных и письменных ответов обучающихся, отсутствии или наличии ошибок, их характере и количестве. В соответствии с этим: оценка «5» ставится обучающемуся за полномасштабное, безошибочное, логичное и аргументированное изложение; оценка «4» — за достаточно полное, преимущественно логичное и аргументированное изложение при наличии 1-2 мелких неточностей или незначительных ошибок, способность ответить на вопросы, требующие понимания изученного материала; оценка «3» — за недостаточно логичное и аргументированное изложение лишь основного учебного материала с помощью наводящих вопросов учителя, при наличии 3-4 мелких неточностей или незначительных ошибок, либо 1-2 существенных ошибок; оценка «2» — отсутствие в ответе достаточного знания и понимания изучаемого материала, наличие 1-2 грубых или 3 и более существенных ошибок, неспособность ответить на наводящие вопросы учителя. Критерием оценки качества усвоения обучающимися двигательных умений и навыков является их правильность и прочность, что выражается в отсутствии или наличии ошибок в технике выполнения упражнения, их характере и количестве; в легкости и уверенности выполнения упражнения. При оценивании двигательных качеств принимаются во внимание физические возможности и антропометрические данные учащегося. В связи с этим, оценка «5» ставится, если упражнение выполнено точно, свободно и уверенно, обучающийся полностью овладел техникой изученных двигательных действий; оценка «4» - упражнение выполнено преимущественно точно и уверенно, но допущены 1-2 незначительные ошибки в основе и деталях техники; оценка «3» - упражнение выполнено в основном точно, но недостаточно свободно и уверенно, с 3-4 незначительными ошибками или с 1-2 значительными ошибками в основе техники; оценка «2» - упражнение выполнено неточно, допущена грубая ошибка или 3 и более значительных ошибок в основе техники двигательных действий. Освоение техники некоторых упражнений программы, особенно циклического характера, предусматривает также соответствующий уровень физической подготовленности обучающихся.

Критерием оценки уровня физической подготовленности обучающихся в изучаемых действиях является достигнутая ими функциональная готовность к выполнению контрольных упражнений (тестов), предусмотренных программой, что выражается в достижении ими определенных количественных показателей. В программе указаны «Ориентировочные количественные показатели физической подготовленности». Исходя из этих ориентиров, для каждого обучающегося количественные показатели и оценивает обучающихся по фактору улучшения этих показателей по окончании процесса обучения, учитывая индивидуальные особенности каждого из них. Критерием оценки уровня развития двигательных способностей также является достигнутая функциональная готовность обучающихся к выполнению контрольных упражнений (тестов), в качестве которых выступают специальные тесты развития двигательных способностей, предусмотренные программой. Основанием для положительной оценки является факт улучшения контрольных показателей к концу учебного года. Для этого с помощью представленных в программе тестов учитель выявляет уровень развития обучающихся в начале учебного года, а затем сравнивает их с полученными результатами в конце года и в зависимости от того, насколько улучшились результаты, оценивает обучающихся. Можно устраивать и промежуточные проверки, чтобы своевременно внести соответствующие коррективы.

Критерии оценивания деятельности обучающихся с нарушением состояния здоровья на уровне основного общего образования²

- Знания о физической культуре (дифференцированный опрос, тест, реферат, проектная работа) по темам модулей программы.
- Самостоятельная разработка и демонстрирование комплексов упражнений на развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Самостоятельная разработка и демонстрирование комплекса упражнений для формирования «мышечного корсета» и увеличения подвижности суставов.
- Самостоятельная разработка и демонстрирование комплексов упражнений и (или) комбинаций для занятий оздоровительной аэробикой.
- Качественное выполнение технических элементов по всем модулям программы.
- Индивидуальный рост физических способностей и расширение функциональных возможностей обучающегося.
- Степень освоения спортивных игр.

