

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области,
реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы,**



«Центр психолого-медико-социального сопровождения «Эхо»

ГБОУ СО «ЦПМСС «Эхо»

Согласована:
протокол заседания № 46 от 09.06.2022

Утверждена:
приказ № 61 от 09.06.2022

**Рабочая программа
Физическая культура
(адаптивная)
для обучающихся 1 «А» класса (вариант 1.2)
на 2022-2023 учебный год**

Составитель: Ременюк Г.Е.
Учитель высшей категории

Екатеринбург 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Физическая культура (адаптивная)» для 1 «А» класса (вариант 1.2) составлена с учетом положений Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, в соответствии с:

- Федеральным законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования для детей ОВЗ, утвержденным приказом Министерства образования и науки РФ от 19.12.2014 №1598;

- Приказом Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- Законом Свердловской области от 15 июля 2013 года №78-03 «Об образовании в Свердловской области» (с изменениями и дополнениями);

- Адаптированной основной общеобразовательной программой начального общего образования глухих обучающихся (вариант 1.2) ГБОУ СО ЦПМСС "Эхо";

- Учебным планом ГБОУ СО ЦПМСС «Эхо» для глухих детей (вариант 1.2);

- Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ОВЗ»;

- Гигиеническими нормативами и требованиями к обеспечению безопасности и безвредности для человека факторов среды обитания, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21)

- Рабочей программой воспитания ГБОУ СО ЦПМСС «Эхо».

В основу программы положены следующие принципы:

- учет закономерностей психофизического развития детей младшего школьного возраста и сенситивных периодов их развития;
- формирование потребности в речевом общении со взрослыми и сверстниками в процессе освоения предметного содержания;
- обеспечение нормального психического развития глухих детей и их речевой практики;
- формирование, развитие и использование слухового восприятия, речевого слуха;
- создание условий для возможно более раннего и разнообразного включения глухих детей в среду слышащих.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

- формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура» (адаптивная)

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально - технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

— соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

— расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

— усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требования к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

Место учебного предмета «Физическая культура» (адаптивная) в учебном плане ГБОУ СО "ЦПМСС "Эхо"

На изучение предмета в 1 «А» классе отводится 99 часа в год (33 учебные недели по 3 часа в неделю).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета «Физическая культура» (адаптивная)

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. 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, физкультминуток, 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 приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

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

Акробатические комбинации. Например: 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. 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 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 (1кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжная подготовка. Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение. Передвижение по лыжне скользящим шагом. Спуск в основной стойке. Подъём «лесенкой». Правильное выполнение посадки лыжника. Согласование движений рук и ног в попеременном в двушажном ходе.

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 легкой 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.

Планируемые результаты изучения учебного предмета «Физическая культура»

<i>Личностные</i>	<i>Метапредметные</i>	<i>Предметные</i>
<p>1. Гражданское воспитание;</p> <ul style="list-style-type: none"> - готовность и стремление к сотрудничеству со сверстниками на основе коллективной творческой деятельности и в различных социальных ситуациях; - осознание правил и норм поведения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками (класс, школа, семья) и в общественных местах; - умение выражать своё отношение к результатам собственной и чужой деятельности; <p>2. Патриотическое воспитание;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ощущение себя сопричастным общественной жизни (на уровне школы, семьи, города, страны), формирование чувства гордости за свою страну; <p>3. Духовно-нравственное воспитание;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; <p>4. Эстетическое воспитание;</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие и проявление этических чувств (доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, сопереживания удачам/неудачам одноклассников); 	<ul style="list-style-type: none"> — характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; — общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; — обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и 	<ul style="list-style-type: none"> — планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; — излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; — представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; — измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств; — оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять

<p>- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов.</p>	<p>занятий физической культурой; —</p>	<p>ошибки и способы их устранения; —</p>
<p>5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;</p>	<p>организовывать самостоятельную</p>	<p>организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их</p>
<p>- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p>	<p>деятельность с учетом</p>	<p>объективное судейство; — бережно</p>
<p>6. Трудовое воспитание;</p>	<p>требований ее</p>	<p>обращаться с инвентарем и</p>
<p>- понимание значения и ценности трудовой деятельности человека;</p>	<p>безопасности, сохранности инвентаря и</p>	<p>оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам</p>
<p>- стремление к организованности и аккуратности, проявлению учебной дисциплины;</p>	<p>оборудования, организации места</p>	<p>проведения; — организовывать и</p>
<p>7. Экологическое воспитание.</p>	<p>занятий; — планировать</p>	<p>разной целевой направленностью,</p>
<p>- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни (представления об устройстве домашней и школьной жизни; умения включаться в разнообразные повседневные бытовые и школьные дела);</p>	<p>собственную деятельность, распределять нагрузку и</p>	<p>подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; — характеризовать физическую</p>
<p>8. Ценности научного познания.</p>	<p>отдых в процессе ее</p>	<p>нагрузку по показателю частоты пульса,</p>
<p>- принятие и освоение социальной роли обучающегося, положительное отношение к школе, к учебной деятельности;</p>	<p>выполнения; — анализировать и</p>	<p>регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;</p>
<p>- стремление к использованию приобретенных знаний и умений и любознательность;</p>	<p>объективно оценивать результаты собственного</p>	<p>— взаимодействовать со сверстниками по</p>
	<p>труда, находить возможности и способы их</p>	<p>правилам проведения подвижных игр и соревнований; — в доступной форме</p>
	<p>улучшения; — видеть</p>	<p>объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и</p>

<p>- умение вступать в словесное общение в связи с решением задач учебной и внеурочной деятельности и в связи с возникающими жизненными ситуациями;</p> <p>- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органическом единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий.</p> <p>– овладение речевыми навыками (понимание значений слов и их употребление, обогащение словарного запаса, развитие навыков связной речи).</p> <p>- практическое овладение языковыми закономерностями, их использование в связной речи.</p> <p>- развитие связной устной и письменной речи глухих обучающихся</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; • формирование уважительного отношения к культуре других народов; • развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося; 	<p>красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; — оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; — управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; 508 — технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности</p>	<p>находить ошибки, эффективно их исправлять; — подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений; — находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; — выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техническом уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; — выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; 509 — выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.</p>
---	---	--

<ul style="list-style-type: none"> • развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; • развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций; • развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе; • формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; • формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. 		
--	--	--

Формирование универсальных учебных действий:

Личностные УДД

- Ценностно-смысловая ориентация учащихся,
- Действие смыслообразования,

- Нравственно-этическое оценивание

Коммуникативные УДД

- Умение выражать свои мысли,
- Разрешение конфликтов, постановка вопросов.
- Управление поведением партнера: контроль, коррекция.
- Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.
- Построение высказываний в соответствии с условиями коммутиации.

Регулятивные УДД

- Целеполагание,
- волевая саморегуляция,
- коррекция,
- оценка качества и уровня усвоения.
- Контроль в форме сличения с эталоном.
- Планирование промежуточных целей с учетом результата.

Познавательные универсальные действия:

Общеучебные:

- Умение структурировать знания,
- Выделение и формулирование учебной цели.
- Поиск и выделение необходимой информации
- Анализ объектов;

- Синтез, как составление целого из частей
- Классификация объектов

Оценка предметных результатов начинается со 2-го класса, в тот период, когда у обучающихся сформированы некоторые начальные навыки письма, счета и чтения, а сама учебная деятельность под руководством учителя становится для них привычной.

Воспитательная составляющая предмета «Физическая культура» (адаптивная)

Основные направления воспитательной деятельности:

1. Гражданское воспитание;
2. Патриотическое воспитание;
3. Духовно-нравственное воспитание;
4. Эстетическое воспитание;
5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;
6. Трудовое воспитание;
7. Экологическое воспитание.
8. Ценности научного познания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Коррекционная направленность предмета «Физическая культура» (адаптивная)

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

1. Развитие их ориентирования в пространстве
2. Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
3. Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (преодоление страха замкнутого пространства, высоты, завышение или занижение самооценки, нарушение координации движений, гиподинамии и пр.).
4. Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
5. Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
6. Создание благоприятных коррекционно-развивающих условий для лечения и оздоровления организма учащихся средствами АФВ.
7. Коррекция нарушений скоростно-силовых качеств

Описание ожидаемых результатов обучения

Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития;

Формирование умения следить за своим физическим состоянием, осанкой;

Понимание простых инструкций в ходе игр и при выполнении физических упражнений; овладение в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями доступными видами физкультурно-спортивной деятельности

Содержание учебного предмета «Физическая культура» (адаптивная)

Гимнастика

Техника безопасности во время занятий гимнастикой.

Построения и перестроения: построение из двух колонн в одну, перестроение из двух шеренг в одну, повороты на месте налево, направо; перестроение из колонны по одному в две колонны, размыкание на вытянутые руки в колонне- вперед, в шеренге - в стороны, выполнение команд «Шагом марш», «На месте шагом марш», выполнение команды «Класс стой», повороты налево, направо, кругом. Ходьба: передвижения в колонне по одному, начало ходьбы с левой ноги, ходьба спиной вперед, ходьба широким свободным шагом с сохранением осанки, ходьба с различными движениями рук, ходьба на носках с остановкой по сигналу, шаг польки, ритмическая ходьба с хлопками в ладони, ходьба в медленном темпе под музыку. Ходьба полуприседая на каждый шаг с последующим выпрямлением опорной ноги, движение в обход, движение противоходом, ходьба с перешагиванием через веревку. 512 Бег: бег спиной вперед, бег с сохранением осанки, бег из положения стоя, бег в чередовании с ходьбой, быстрый бег парами, челночный бег 3x10м, бег на скорость (10 м), бег в медленном и быстром темпе под музыку, бег группой, бег из различных исходных положений, бег на расстоянии 20-30 м, бег в медленном темпе (1 м) Лазание и перелезание: лазание на четвереньках по наклонной гимнастической скамейке, лазание по гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев, лазание по гимнастической стенке в горизонтальном направлении приставными шагами, лазание по гимнастической лестнице одноименным и разноименным способом, перелезание через гимнастическую скамейку и горку матов. Метания: метание малого мяча левой (правой) руками, метание мешочка правой (левой) руками из-за головы, метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цели, перебрасывание большого мяча друг другу стоя (L=3-4 м), перебрасывание и ловля мяча друг другу сидя на полу, метание малого мяча на результат, метание набивного мяча (1 кг) из-за головы. Акробатические упражнения: группировка в положении сидя, присев; группировка в положении лежа на полу, упор присев, сидя сзади; перекаты в стороны в группировке, перекаты вперед, назад в группировке, перекаты в стороны из упора стоя на коленях, перекаты вперед и назад прогнувшись в положении лежа на животе, стойка на лопатках согнув ноги, стойка на лопатках, «мост» из положения лежа на спине, полушпагат,

кувырок вперед; кувырок вперед перекат назад- стойка на лопатках согнув ноги, кувырок вперед - стойка на коленях полушпагат, стойка на лопатках согнув ноги- перекат вперед – упор присев, упор присев кувырок вперед- упор присев-прыжок вверх, перекат назад с последующей опорой руками за головой, кувырок назад. Прыжки: прыжки через вертикальное препятствие (h = 15-20 см), прыжки через скакалку ноги вместе, прыжки шагом через препятствие, прыжки в длину с места, подскоки со сменой ног и взмахом рук, прыжки на двух ногах.

Подвижные игры

Техника безопасности во время занятий играми.

«День и ночь», «Скалки», «Ноги от земли», «Кто обгонит», «Подвижная цель», «Запрещенное движение», «Фигуры», «К своим флажкам», «Перемена мест», «Смотри сигнал», «Не оставайся на полу», «Зеркало», «Цапля и лягушки», «Удочка», «У медведя во бору», «Догони свою пару», «Пустое место», «У кого предмет», «Проползи, не урони», «Прыжки по кочкам», эстафеты с бегом, эстафеты со скакалкой.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (АДАПТИВНАЯ)

(3 часа в неделю, 99 часов в год)

№ №	Название раздела (темы), содержание	Ко л- во ча со в	Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса			Вид контроля
			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	Гимнастика	80	- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;	- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;	- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности	– текущий Промежу точная итоговая аттестаци я по физическ ой культуре для учащихся Сдача норматив ов по физическ ой культуре Форма промежу точной аттестаци
2	Подвижные игры	19	- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;	- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	, взаимопомощи и сопереживания;	
			- представлять физическую культуру как средство	- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;	- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	
				- обеспечивать защиту и	проявлять дисциплинированность, трудолюбие и	

			<p>укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; -- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; - в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, 	<p>сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; - анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; - видеть красоту 	<p>упорство в достижении поставленных целей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы; - формировать уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов; - формировать установку на безопасный, здоровый образ жизни. - содействовать гармоническому физическому развитию, закреплять навыки правильной осанки, развивать устойчивость организма к неблагоприятным условиям внешней 	<p>и: выполнение теоретической части (вопросы) и практической части (контрольные нормативы)</p>
--	--	--	--	---	---	---

			<p>эффективно их исправлять;</p> <ul style="list-style-type: none"> - подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений; - находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; - применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. 	<p>движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; - технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. 	<p>среды, воспитывать ценностные ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;</p> <ul style="list-style-type: none"> - вырабатывать представления о физической культуре личности и приемах самоконтроля; - формировать представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдать правила техники безопасности во время занятий; - воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время 	
--	--	--	---	--	--	--

Раздел/Тема, содержание	Количество часов	Виды деятельности обучающегося на уроке
I четверть Гимнастика	20	<ol style="list-style-type: none"> 1.Перестроение в одну шеренгу из двух 2.Передвижения в колонне по одному 3.Перестроение из колонны по одному в две 4.Ходьба и бег спиной вперед 5.одьба широким шагом с сохранением осанки 6.Размыкание на вытянутые руки в колонне-вперед, в шеренге-в стороны 7.Ходьба на носках с остановкой по сигналу 8.Бег из положения стоя 9.Ритмическая ходьба с хлопками 10.Бег в чередовании с ходьбой 11.Быстрый бег парами 12.Челночный бег 3x10 м 13.Бег на скорость 14.Метание малого мяча правой(левой) руками 15.Метание мешочков правой(левой) руками из-за головы

		<p>16.Прыжки через вертикальное препятствие</p> <p>17.Прыжки через скакалку ноги вместе</p> <p>18.Прыжки шагом через препятствия</p> <p>19.Прыжки в длину с места</p> <p>20.Упражнения для формирования правильной осанки</p>
Подвижные игры	7	<p>1. «Кто дальше бросит»</p> <p>2.«Салки»</p> <p>3.«Кот и мыши»</p> <p>4.Эстафета с кубиками</p> <p>5.«Салки с прыжками»</p> <p>6.«Волк во рву»</p> <p>7.«Кто обгонит?»</p>
II четверть Гимнастика	17	<p>1.Построение в колонну по два</p> <p>2.Выполнение команд «Шагом марш», «На месте шагом марш»</p> <p>3.Ходьба и бег в медленном темпе</p> <p>4.Ходьба полуприседая на каждый шаг с последующим выпрямлением ноги</p> <p>5.Подскоки со сменой ног и взмахом руки</p>

		<p>6.Лазание на четвереньках по наклонной гимнастической скамейке</p> <p>7.Ходьба по гимнастической скамейке с различными движениями рук и ног</p> <p>8.Ходьба по веревке спиной вперед</p> <p>9.Прыжки на двух ногах через качающуюся веревку</p> <p>10.Лазание по гимнастической стенке в вертикальном направлении приставным шагом</p> <p>11.Лазание по гимнастической скамейке в упоре стоя на коленях</p> <p>12.Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове</p> <p>13.Ходьба с перешагиванием через веревку</p> <p>14.Метание малого мяча в вертикальную цель</p> <p>15.Перебрасывание мяча друг другу стоя(L=3-4 м)</p> <p>16.Метание малого мяча в горизонтальную цель</p> <p>17.Перебрасывание мяча друг другу сидя на полу</p>
Подвижные игры	4	<p>1.«Иди аккуратно»</p> <p>2.«Зайки и волк»</p>

		<p>3.«Кто опоздал»</p> <p>4.«Чье звено быстрее построится»</p>
<p>III четверть</p> <p>Гимнастика</p>	25	<p>1. Повороты налево, направо прыжком</p> <p>2. Группировка в положении сидя, присев</p> <p>3. Группировка в положении лежа на животе</p> <p>4. Перекаты влево, вправо в группировке</p> <p>5. Перекаты вперед, назад в группировке</p> <p>6. Перекаты в стороны из упора стоя на коленях</p> <p>7. Перекаты вперед, назад прогнувшись в положении лежа на животе</p> <p>8. Стойка на лопатках согнув ноги</p> <p>9. «Мост» из положения лежа на спине</p> <p>10. Полушпагат</p> <p>11. Кувырок вперед</p> <p>12. Кувырок вперед-перекат назад-стойка на лопатках согнув ноги</p> <p>13. Кувырок вперед-стойка на коленях-полушпагат</p> <p>14. Два, три кувырка вперед</p> <p>15. Стойка на лопатках согнув ноги-перекат вперед-упор</p>

		<p>присев</p> <p>16. Упор присев-кувырок вперед-прыжок вверх</p> <p>17. Перекат назад с последующей опорой руками за головой</p> <p>18. Кувырок назад</p> <p>19. Прыжки с продвижением вперед на одной и двух ногах</p> <p>20. Прыжки с разбега в длину с приземлением на обе ноги</p> <p>21. Прыжки с отталкиванием одной ногой через препятствия</p> <p>22. Прыжки через длинную скакалку</p> <p>23. Прыжки через качающуюся скакалку</p> <p>24. Лазание по наклонно поставленной скамейке</p> <p>25. Лазание по гимнастической лестнице разноименным и одноименным способами</p>
Подвижные игры	5	<p>1. «Зайцы, сторож и Жучка»</p> <p>2. «Посадка и сбор картофеля»</p> <p>3. «Зайцы в огороде»</p> <p>4. «Юла»</p> <p>5. Эстафета с мячами</p>

IV четверть Гимнастика	18	<ol style="list-style-type: none">1. Построение в две шеренги2. Движение противоходом3. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств4. Упор присев, упор сидя сзади5. Группировка сидя, в приседе, лежа на спине6. Перекаты в стороны, вперед, назад7. Ходьба по рейке гимнастической скамейки8. Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 909. Ходьба по веревке на четвереньках10. Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием и ловлей мяча11. Ходьба навстречу друг другу по гимнастической скамейке12. Бег на расстоянии 20-30 метров13. Бег в медленном темпе до 1 минуты14. Прыжки в длину с места15. Прыжки в длину с разбега16. Метание малого мяча левой и правой руками17. Метание малого мяча на результат
---------------------------	----	---

		18.Метание набивного мяча стоя
Подвижные игры	3	1.«Метко в цель» 2.«Пустое место» 3.Игры-эстафеты с прыжками, лазанием

Календарно – тематическое планирование «Физическая культура» (адаптивная)

Предмет: «Физическая культура» **Класс:** 1 **Учитель :** Ременюк Г.Е. **Количество часов :** 99 часов.

Программа: рабочая программа по физической культуре для 1 «А» класса /Составитель: Ременюк Г.Е

Учебный комплекс для учащихся: Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. М: «Просвещение».

№ п/п	Дата	Тема урока	УУД Деятельность обучающихся
		1 четверть	
1	02.09.2022	Перестроение в одну шеренгу из двух	<p>Регулятивные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение характеризовать явления (действия, поступки), давая им объективную оценку на основе усвоенных знаний и имеющегося опыта, - определение ошибок при выполнении заданий и упражнений, отбор способов их исправления - умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовых); - адекватно воспринимать оценку учителя; - оценивать правильность выполнения двигательных действий <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обращаться за помощью к взрослому, - умение работать в коллективе; - участвовать в диалоге на уроке, умение смотреть, слушать и понимать других; - отвечать на простые вопросы учителя, - сотрудничать со сверстниками.
2	06.09.2022	Передвижения в колонне по одному	
3	07.09.2022	Перестроение из колонны по одному в две	
4	09.09.2022	Ходьба и бег спиной вперед	
5	13.09.2022	Ходьба широким шагом с сохранением осанки	
6	14.09.2022	Размыкание на вытянутые руки в колонне-вперед, в шеренге-в стороны	
7	16.09.2022	Ходьба на носках с остановкой по сигналу	
8	20.09.2022	Бег из положения стоя	
9	21.09.2022	Ритмическая ходьба с хлопками	
10	23.09.2022	Бег в чередовании с ходьбой	
11	27.09.2022	Быстрый бег парами	
12	28.09.2022	Челночный бег 3x10 м	
13	30.09.2022	Бег на скорость	
14	04.10.2022	Метание малого мяча правой(левой) руками	
15	05.10.2022	Метание мешочков правой(левой) руками из-за головы	
16	07.10.2022	Прыжки через вертикальное препятствие	
17	11.10.2022	Прыжки через скакалку ноги вместе	
18	12.10.2022	Прыжки шагом через препятствия	
19	14.10.2022	Прыжки в длину с места	
20	18.10.2022	Упражнения для формирования правильной осанки	
21	19.10.2022	«Кто дальше бросит»	

22	21.10.2022	«Салки»	<ul style="list-style-type: none"> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; - участвовать в коллективном обсуждении упражнений. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оказание помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения; - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; - проявление дисциплины, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах - развитие этических чувств - умение находить со сверстниками общий язык и общие интересы
23	25.10.2022	«Кот и мыши»	
24	26.10.2022	Эстафета с кубиками	
25	28.10.2022	«Салки с прыжками»	
26	08.11.2022	«Волк во рву»	
27	09.11.2022	«Кто обгонит?»	
28	11.11.2022	Построение в колонну по два	
29	15.11.2022	Выполнение команд «Шагом марш», «На месте шагом марш»	
30	16.11.2022	Ходьба и бег в медленном темпе	
31	18.11.2022	Ходьба полуприседа на каждый шаг с последующим выпрямлением ноги	
32	22.11.2022	Подскоки со сменой ног и взмахом руки	
33	23.11.2022	Лазание на четвереньках по наклонной гимнастической скамейке	
34	25.11.2022	Ходьба по гимнастической скамейке с различными движениями рук и ног	
35	29.11.2022	Ходьба по веревке спиной вперед	
36	30.11.2022	Прыжки на двух ногах через качающуюся веревку	
37	02.12.2022	Лазание по гимнастической стенке в вертикальном направлении приставным шагом	
38	06.12.2022	Лазание по гимнастической скамейке в упоре стоя на коленях	
39	07.12.2022	Ходьба по гимнастической скамейке с мешочком на голове	

40	09.12.2022	Ходьба с перешагиванием через веревку	<p>- организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;</p> <p>- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</p> <p>- участвовать в коллективном обсуждении упражнений -оценивать ситуацию и оперативно принимать решения</p> <p>- находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой</p> <p>-умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли</p> <p>Личностные:</p> <p>- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;</p> <p>- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</p> <p>- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;</p> <p>- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов</p> <p>-проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;</p> <p>-проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы. - оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий</p> <p>Регулятивные: - умение характеризовать явления (действия, поступки), давая им объективную оценку на основе усвоенных знаний и имеющегося опыта,</p>
41	13.12.2022	Метание малого мяча в вертикальную цель	
42	14.12.2022	Перебрасывание мяча друг другу стоя(L=3-4 м)	
43	16.12.2022	Метание малого мяча в горизонтальную цель	
44	20.12.2022	Перебрасывание мяча друг другу сидя на полу	
45	21.12.2022	«Иди аккуратно»	
46	23.12.2022	«Зайки и волк»	
47	27.12.2022	«Кто опоздал»	
48	28.12.2022	«Чье звено быстрее построятся»	
		3 четверть	
49	10.01.2023	Повороты налево, направо прыжком	
50	11.01.2023	Группировка в положении сидя, присев	
51	13.01.2023	Группировка в положении лежа на животе	
52	17.01.2023	Перекаты влево, вправо в группировке	
53	18.01.2023	Перекаты вперед, назад в группировке	
54	20.01.2023	Перекаты в стороны из упора стоя на коленях	
55	24.01.2023	Перекаты вперед, назад прогнувшись в положении лежа на животе	
56	25.01.2023	Стойка на лопатках согнув ноги	
57	27.01.2023	«Мост» из положения лежа на спине	
58	31.01.2023	Полушпагат	
59	01.02.2023	Кувырок вперед	
60	03.02.2023	Кувырок вперед-перекат назад- стойка на лопатках согнув ноги	
61	07.02.2023	Кувырок вперед-стойка на коленях-полушпагат	
62	08.02.2023	Два, три кувырка вперед	
63	10.02.2023	Стойка на лопатках согнув ноги-перекат вперед-упор присев	
64	14.02.2023	Упор присев-кувырок вперед-прыжок вверх	
65	15.02.2023	Перекат назад с последующей опорой руками за головой	
66	17.02.2023	Кувырок назад	

67	28.02.2023	Прыжки с продвижением вперед на одной и двух ногах	<ul style="list-style-type: none"> - определение ошибок при выполнении заданий и упражнений, отбор способов их исправления - умение принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (выносливости, гибкости); - адекватно воспринимать оценку учителя; - оценивать правильность выполнения двигательных действий <p>Познавательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять анализ выполненных действий; - активно включаться в процесс выполнения заданий; - выражать творческое отношение к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений с предметами и без них <p>Коммуникативные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обращаться за помощью к взрослому, - умение работать в коллективе; - участвовать в диалоге на уроке, умение смотреть, слушать и понимать других; - отвечать на простые вопросы учителя, - сотрудничать со сверстниками. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - умение активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности - проявление взаимопомощи и сопереживания - проявление дисциплины, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей - формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах - положительное отношение к физической культуре; - готовность к организации взаимодействия с одноклассниками - овладение начальными навыками адаптации в динамично
68	01.03.2023	Прыжки с разбега в длину с приземлением на обе ноги	
69	03.03.2023	Прыжки с отталкиванием одной ногой через препятствия	
70	07.03.2023	Прыжки через длинную скакалку	
71	10.03.2023	Прыжки через качающуюся скакалку	
72	14.03.2023	Лазание по наклонно поставленной скамейке	
73	15.03.2023	Лазание по гимнастической лестнице разноименным и одноименным способами	
74	17.03.2023	«Зайцы, сторож и Жучка»	
75	28.03.2023	«Посадка и сбор картофеля»	
76	29.03.2023	«Зайцы в огороде»	
77	31.03.2023	«Юла»	
78	04.04.2023	Эстафета с мячами	
79	05.04.2023	Построение в две шеренги	
80	07.04.2023	Движение противходом	
81	11.04.2023	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	
82	12.04.2023	Упор присев, упор сидя сзади	
83	14.04.2023	Группировка сидя, в приседе, лежа на спине	
84	18.04.2023	Перекаты в стороны, вперед, назад	
85	19.04.2023	Ходьба по рейке гимнастической скамейки	
86	21.04.2023	Ходьба по гимнастической скамейке с поворотом на 90	
87	25.04.2023	Ходьба по веревке на четвереньках	
88	26.04.2023	Ходьба по гимнастической скамейке с подбрасыванием и ловлей мяча	
89	28.04.2023	Ходьба навстречу друг другу по гимнастической скамейке	

90	02.05.2023	Бег на расстоянии 20-30 метров	изменяющемся мире, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
91	03.05.2023	Бег в медленном темпе до 1 минуты	
92	05.05.2023	Прыжки в длину с места	
93	10.05.2023	Прыжки в длину с разбега	
94	12.05.2023	Метание малого мяча левой и правой руками	
95	16.05.2023	Метание малого мяча на результат	
96	17.05.2023	Метание набивного мяча стоя	
97	19.05.2023	«Метко в цель»	
98	23.05.2023	«Пустое место»	
99	24.05.2023	Игры-эстафеты с прыжками, лазанием	
- 100	25.05.2022		

Список литературы и материально-технического обеспечения образовательного процесса

1.Нормативные документы по предмету	- Федерал ьным законом РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образова нии в Российск ой Федерац ии» (в ред. Федерал ьных законов от 07.05.201 3 N 99- ФЗ, от 23.07.201 3 N 203- ФЗ); - Федерал ьным государс твенным образова
-------------------------------------	--

тельным
стандар-
том
начально-
го
общего
образова-
ния для
детей
ОВЗ,
утвержде-
нным
приказом
Министе-
рства
образова-
ния и
науки РФ
от
19.12.201
4 №1598;
-
Приказо-
м
Министе-
рства
просвещ-
ения РФ
от 22
марта
2021 г. №
115 «Об
утвержде

	<p>нии Порядка организа ции и осуществ ления образова тельной деятельн ости по основны м общеобр азовател ьным програм мам – образова тельным програм мам начально го общего, основног о общего и среднего общего образова ния»; - Законом</p>
--	--

	<p>Свердло вской области от 15 июля 2013 года №78-03 «Об образова нии в Свердло вской области» (с изменен иями и дополне ниями); - Адаптир ованной основной общеобр азовател ьной програм мой начально го общего образова ния</p>
--	---

глухих
обучающ
ихся
(вариант
1.2)
ГБОУ
СО
ЦПМСС
"Эхо";
-
Учебным
планом
ГБОУ
СО
ЦПМСС
«Эхо»
для
глухих
детей
(вариант
1.2);
-
Постано
влением
главного
государс
твенного
санитарн
ого врача
РФ от 28
сентября
2020 г. №
28 «Об

	утвержде нии СП 2.4.3648- 20 «Сани рно- эпидеми ологичес кие требован ия к условия м и организа ции обучения и воспитан ия в организа циях, осущест вляющих образова тельную деятельн ость по адаптиро ванным основны м общеобр азовател
--	--

ьным
програм
мам для
обучающ
ихся с
ОВЗ»;

-
Гигиени
ческими
нормати
вами и
требован
иями к
обеспече
нию
безопасн
ости и
безвредн
ости для
человека
факторов
среды
обитания
, утв.
Постано
влением
Главного
государс
твенного
санитарн
ого врача
РФ от 28
января

	<p>2021 г. № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21) – Рабочей программой воспитания ГБОУ СО ЦПМСС «Эхо».</p>
<p>2. Учебно-методический комплект с методической поддержкой</p>	<p>Учебник:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 класс

ов
начал
ьной
школ
ы.М:
«Про
свеще
ние».
Пособ
ия для
учител
я:

- Лях
В.И.,
Здане
вич
А.А.
Комп
лексн
ая
прогр
амма
физич
еског
о
воспи
тания
учащ
ихся
1–11-
х
класс
ов. –

	<p>М.: Просвещение.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Рабочая программа по физической культуре В.И. Ляха. 1-4 классы : -М.: Просвещение.
<p>Материально-техническое обеспечение</p>	<p><i>Оборудование спортзала:</i></p> <p>С тенка гимнастическая.</p> <p>Комплект навесног</p>

о
оборудов
ания
(перекла
дина,
мишени
для
метания)

·
М
ячи:
баскетбо
льные,
футболь
ные,
волейбол
ьные.

П
алки
гимнасти
ческие.

С
качалки.

М
аты
гимнасти
ческие.

К
егли,
фишки.

О
бручи.

П
ланка
для
прыжков
в высоту.

С
тойка
для
прыжков
в высоту.

Ру
летка
измерите
льная.

Щ
иты
баскетбо
льные.

В
oleyболь
ная сетка
универса
льная.

М
ячи
малые
(теннисн
ые).

С
етка для
переноса
и

хранения
мячей

А
птечка.

П
ришколь
ные
спортив
но-
игровые
площадк
и:

М
ини-
футболь
ное поле
(мини-
футболь
ные
ворота).

У
ниверсал
ьная
спортивн
о-
игровая
площадк
а
(игровой
комплекс
,
тренажер
ы)

	П олоса препятст вий
--	-------------------------------