

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»

Принято

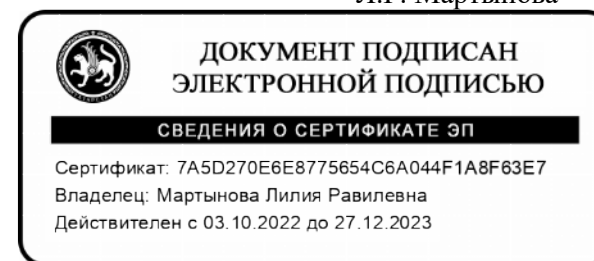
на педагогическом совете
ГБОУ «Альметьевская школа-интернат»
протокол № 1 от "31" августа 2023 г.

Введено

в действие приказом
№ 121 – О от "31" августа 2023 г.

Утверждаю:

Директор государственного бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Альметьевская школа-интернат для детей
с ограниченными возможностями здоровья»
Л.Р. Мартынова



Рабочая программа
по предмету АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
для **0 КОРРЕКЦИОННОГО** класса
3 ч. в неделю; 99 ч. в год
Составитель: Пенькова В.А., учитель физической культуры

Согласовано:

Зам. директора по УР: И.Б.Шарифуллина

Рассмотрено:

на заседании ШМО, протокол № 1 от 28 августа 2023 г.

Руководитель ШМО: Л.Ю. Сайфутдинова

Альметьевск – 2023 г.

Пояснительная записка.

Статус документа

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе:

- Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» №273 –ФЗ;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ОВЗ, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1598 (далее – ФГОС ОВЗ);
- Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденной 24.11.2022 г. приказом Минпросвещения РФ под № 1023;
- Адаптированной основной образовательной программы начального общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья» (вариант 6.3);
- Учебного плана Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения «Альметьевская школа-интернат для детей с ограниченными возможностями здоровья»;
- Рабочей программы воспитания Альметьевской школы-интерната;
- Федерального перечня учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях.
- Авторской учебной программы «Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1-4 классы» под редакцией В. В. Воронковой, 2013 г.;

Федеральная рабочая программа по учебному предмету "Адаптивная физическая культура" ФАОП НОО (вариант 6.3) составлена на основе требований к результатам освоения АООП НОО, установленными ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, федеральной программы воспитания.

Основная цель изучения данного предмета заключается во всестороннем развитии личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекции недостатков психофизического развития, расширении индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации

Общая характеристика учебного предмета

Общие задачи (образовательные, воспитательные, развивающие):

- укрепление здоровья, содействие нормальному физическому развитию, повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых навыков и умений;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности;
- воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к ответственности за свои поступки, любознательности, активности и самостоятельности.

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

- коррекция техники основных движений – ходьбы, бега, плавания, прыжков, перелезания, метания, мелкой моторики рук, симметричных и ассиметричных движений;
- коррекция и развитие координационных способностей - согласованности движений отдельных звеньев тела, при выполнении физических упражнений, ориентировки в пространстве, дифференцировки усилий, времени и пространства, расслабления, быстроты реагирования на изменяющиеся условия, равновесия, ритмичности, точности движений, мышечно-суставного чувства, зрительно-моторной координации и др.;
- коррекция и развитие физической подготовленности - мышечной силы, элементарных форм скоростных, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, подвижности в суставах;
- компенсация утраченных или нарушенных функций, формирование новых видов движений за счет сохранных функций в случае невозможности коррекции;
- профилактика и коррекция соматических нарушений, осанки, сколиоза, плоскостопия, дыхательной и сердечнососудистой систем, профилактика простудных и инфекционных заболеваний, травматизма, микротравм;
- коррекция и развитие сенсорных систем: дифференцировка зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению; развитие зрительной и слуховой памяти; развитие устойчивости к вестибулярным раздражениям; дифференцировка тактильных ощущений, кожно-кинестетических восприятий и т.п.;
- коррекция психических нарушений в процессе деятельности – зрительно-предметного и зрительно-пространственного восприятия, наглядно-образного и вербально-логического мышления, памяти, внимания, речи, воображения, эмоционально-волевой сферы и т.п.

СВЯЗЬ С РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЫ

Реализация педагогическими работниками воспитательного потенциала уроков физической культуры предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации познавательной деятельности;
- побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: групповой работы или работы в парах, которые учат командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего им социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных

идей, уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Результаты единства учебной и воспитательной деятельности отражены в разделе рабочей программы «Личностные результаты изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования».

Личностные и предметные результаты освоения предмета

Личностные результаты:

- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах;
- развитие этических качеств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные результаты:

-формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

-овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

-взаимодействие со сверстниками по правилам поведения подвижных игр и соревнований;

-выполнение технических действий из базовых параолимпийских видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Учебно-тематический план по АФК (1 год обучения)

Рабочая программа рассчитана на 99 часа (3 часа в неделю)

Содержание программы
Распределение программного материала

№ п/п	Вид программного материала	Кол-во часов
1.	Общая физическая подготовка	26
2.	Гимнастика с элементами акробатики	21
3.	Подвижные игры	26
4.	Легкоатлетические упражнения	24
5.	Плавание	2
	Итого:	99

Календарно-тематическое (поурочное) планирование 0-го класса

№	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные цифровые образовательные ресурсы	дата проведения	
				план	факт
1	Теоретические сведения. Формирование общего представления о ФК.	Соблюдать правила поведения во время занятий. Знать требования к спортивной форме. ОРУ в движении.	https://resh.edu.ru/	04.09	
2	Роль и значение уроков физической культуры. Инструктаж по технике безопасности.	Знать требования понятия «строй», «колонна», «шеренга», «основная стойка».	https://resh.edu.ru/	05.09	
3	Основы знаний по физической культуре. Правила ТБ, личной гигиены	Иметь элементарные знания о разделах программного материала АФК. Знать правила личной гигиены и соблюдению режима дня школьника, ТБ на уроках	https://resh.edu.ru/	07.09	
4	Элементы строевой подготовки. Основные ИП и движения головы, рук и ног.	Применять на практике полученные знания, выполнять элементы строевой подготовки.	https://resh.edu.ru/	11.09	
5	Элементы строевой подготовки. Упражнения с предметами и без предметов	Выполнять элементы строевой подготовки. Перестроение в шеренгу, колонну Построение в колонну, шеренгу. Команды «Равняйсь», «Смирно», расчет по порядку, рапорт.	https://resh.edu.ru/	12.09	
6	Различные ИП. Выполнение изолированных движений головы, рук, ног.	Знать и уметь выполнять основные движения головы, рук, туловища, ног, иметь представление об основных видах передвижения.	https://resh.edu.ru/	14.09	
7	Выполнение упражнений без предметов. Подвижные игры на развитие равновесия.	Передвижение по-пластунски, в упоре стоя на коленях вперед, вперед спиной, приставным шагом.	https://resh.edu.ru/	18.09	
8	Различные виды передвижений. Выполнение различных видов передвижения по мату.	Выполнять упражнения по команде учителя, передвигаться с преодолением препятствий	https://resh.edu.ru/	19.09	
9	Элементы строевой подготовки. Теоретические сведения Разучивание техники метания малого мяча.	Знать и применять на практике технику безопасности при метании, выполнять построение, расчет и повороты	https://resh.edu.ru/	21.09	
10	Обучение технике метания малого мяча.	Метать мяч на дальность с места	https://resh.edu.ru/	25.09	
11	Дисциплины, входящие в л/а	ОРУ на развитие подвижности и силы плечевого пояса и суставов верхних конечностей.	https://resh.edu.ru/	26.09	

12	Техника безопасности на уроках. Техника метания малого мяча.	Техника метания малого мяча в вертикальную, горизонтальную цель, метание мяча на заданное расстояние, на дальность.	https://resh.edu.ru/	28.09	
13	Элементы строевой подготовки. Метание малого мяча в вертикальную цель.	Выполнять построение, расчет и повороты	https://resh.edu.ru/	02.10	
14	Метание малого мяча в горизонтальную цель.	Знать игры в которых используется мяч, правила игры «Ловишка», «Вышибалы».	https://resh.edu.ru/	03.10	
15	Попадание малым мячом в вертикальную и горизонтальную цель.	Метать на определенное расстояние	https://resh.edu.ru/	05.10	
16	Элементы строевой подготовки. Метание малого мяча на дальность.	Метать мяч на дальность с места	https://resh.edu.ru/	09.10	
17	Командные подвижные игры	Знать, правила игры понимать, что значит команда	https://resh.edu.ru/	10.10	
18	Метание малого мяча на дальность.	Метать мяч на дальность с места	https://resh.edu.ru/	12.10	
19	Элементы строевой подготовки. Преодоление полосы препятствий.	Передвигаться с преодолением различных препятствий	https://resh.edu.ru/	16.10	
20	Передвижение с преодолением различных препятствий.	Передвигаться с преодолением различных препятствий	https://resh.edu.ru/	17.10	
21	Теоретические сведения о спортивных и подвижных играх. ОРУ с мячами.	Узнавать спортивные игры с мячом	https://resh.edu.ru/	19.10	
22	Спортивные игры с мячом.	Узнавать спортивные игры с мячом	https://resh.edu.ru/	23.10	
23	Игры в школьной программе. ТБ	Уметь удерживать большой мяч, уметь выполнять основные движения с мячом,	https://resh.edu.ru/	24.10	
24	Элементы строевой подготовки. ОРУ с мячами	Выполнять построение, расчет и повороты	https://resh.edu.ru/	26.10	
25	Правила ТБ на уроках гимнастики.	Инструктаж по технике безопасности при занятиях физической культуры и гимнастики. Построение и перестроение, смыкание и размыкание.	https://resh.edu.ru/	07.11	
26	. Элементы строевой подготовки. Ознакомление и разучивание акробатических упражнений.	Выполнять построение, расчет и повороты, выполнять акробатические упражнения	https://resh.edu.ru/	09.11	
27	Выполнение упоров, седы, группировок, перекатов.	Принимать исходные положения, выполнять основные движения, выполнять акробатические упражнения: группировка седы, упоры.	https://resh.edu.ru/	13.11	
28	Элементы строевой подготовки. Ознакомление и разучивание различных хватов.	Выполнять различные хваты	https://resh.edu.ru/	14.11	
29	Выполнение хватов сверху, снизу, узкий, широкий, разноименный	Комплекс общеразвивающих упражнений. Выполнять различные хваты	https://resh.edu.ru/	16.11	
30	. Элементы строевой подготовки.	Преодолевать различные препятствия	https://resh.edu.ru/	20.11	

	Обучение выполнению упражнений в равновесии	- выполнять упражнения в равновесии			
31	Выполнение упражнений в равновесии.	Выполнять упражнения в различных висах. Лазании, перелезании, упражнения в равновесии.	https://resh.edu.ru/	21.11	
32	ОРУ на развитие гибкости без предметов, с малыми мячами. Упор сидя сзади, упор лежа, упор стоя на коленях.	Принимать исходные положения, выполнять основные движения, выполнять акробатические упражнения:	https://resh.edu.ru/	23.11	
33	Сед, сед на пятках, сед ноги врозь. Группировка лежа на спине, перекаты в группировке вперед-назад, вправо-влево.	Принимать исходные положения, выполнять основные движения, выполнять акробатические упражнения: группировка седы, упоры.	https://resh.edu.ru/	27.11	
34	ОРУ на развитие силы мышц туловища и конечностей.	Разминка на матах, техника выполнения группировки. Повторение перекатов, подвижная игра «Пужбол»	https://resh.edu.ru/	28.11	
35	ОРУ с гимнастической палкой. Различные виды хватов (узкий, широкий, одноименный, разноименный).	Выполнять упражнения в различных висах.	https://resh.edu.ru/	30.11	
36	Упражнения сидя, стоя у гимнастической стенки, простые и смешанные висы. ОРУ для мышц плечевого пояса.	Закрепить правила подвижной игры «Совушка».	https://resh.edu.ru/	04.12	
37	Гимнастические упражнения прикладного характера	Проведение разминки на матах, повторение перекатов.	https://resh.edu.ru/	05.12	
38	Преодоление различных препятствий произвольным способом	Повторение перекатов, повторение разминки на матах, подвижная игра «Удочка».	https://resh.edu.ru/	07.12	
39	Основные исходные положения. Смена исходных положений лежа. Основные движения со сменой направления.	Проведение разминки на сохранение правильной осанки.	https://resh.edu.ru/	11.12	
40	Строевые упражнения. Лазание. Перелезании	Проведение разминки на сохранение правильной осанки. Лазании, перелезании, упражнения в равновесии.	https://resh.edu.ru/	12.12	
41	Бочча. Броски мяча Бочча в цель. Игра «Бочча».	Правилам игры в «Бочча» - владеть мячом	https://resh.edu.ru/	14.12	
42	Выполнение ОРУ с мячами бочча. Выполнения бросков мячей бочча в цель.	Комплекс ОРУ, выполнять остановку, передачу и ловлю мяча, выполнять бросок по воротам	https://resh.edu.ru/	18.12	
43	Элементы строевой подготовки. Обучение прокатыванию и остановке мяча.	Взаимодействовать с другими учащимися (игроками)	https://resh.edu.ru/	19.12	
44	Взаимодействие игроков в парах, тройках.	Комплекс ору. специально беговые упражнения. закрепить перекатов в положении лёжа в разные стороны.	https://resh.edu.ru/	21.12	

45	Выполнение прокатывания и остановки мяча.	Иметь представление о передаче мяча различными способами, иметь представление о правилах игры в «бочча» и способах броска мяча «бочча».	https://resh.edu.ru/	25.12	
46	Элементы строевой подготовки. Взаимодействие игроков	Комплекс ОРУ, специально беговые упражнения, закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	26.12	
47	Взаимодействие игроков. Бросок по воротам.	Взаимодействовать с другими учащимися (игроками)	https://resh.edu.ru/	28.12	
48	Выполнение броска по воротам.	Комплекс общеразвивающих упражнений, разновидности ходьбы.	https://resh.edu.ru/	09.01	
49	Выполнения упражнений с мячами. Подвижные игры на развитие внимания	Комплекс общеразвивающих упражнений, разновидности ходьбы. Подвижная игра «Горячий мяч»	https://resh.edu.ru/	11.01	
50	Выполнения упражнений с гимнастическими палками. Подвижные на развитие пространственного ориентирования	Комплекс общеразвивающих упражнений, разновидности ходьбы. Подвижная игра «Запрещенное движение»	https://resh.edu.ru/	15.01	
51	Комплекс упражнений на формирование осанки.	Комплекс упражнений для ног и рук, разновидности ходьбы.	https://resh.edu.ru/	16.01	
52	Игры на развитие общей подвижности	Комплекс упражнений для ног и рук, разновидности ходьбы. Подвижная игра «Напольный теннис»	https://resh.edu.ru/	18.01	
53	Бочча. Изучение правил игры, техники броска	Комплекс упражнений для ног и рук, разновидности ходьбы. Иметь представление о правилах игры в «бочча».	https://resh.edu.ru/	22.01	
54	ОРУ с мячами для игры в бочча. Комплекс упражнения для улучшения мозгового кровообращения.	Комплекс упражнений, разновидности ходьбы, специальные упражнения.	https://resh.edu.ru/		
55	Основные команды и приемы. Основные исходные положения и изолированные движения.	Разновидности ходьбы, специальные упражнения. Знать и уметь правильно принимать исходные положения, ориентироваться в пространстве	https://resh.edu.ru/	23.01	
56	Подвижная игра «снайпер», «два мороза». упражнения для укрепления мышц спины и живота.	Игры с элементами общеразвивающими упражнениями. Подвижные игры «снайпер», «два мороза».	https://resh.edu.ru/	26.01	
57	Элементы строевой подготовки. Построение в колонну, шеренгу. Команды «Равняйся», «Смирно», расчет по порядку, рапорт.	Комплекс утренней гимнастики. специально беговые упражнения. ходьба по ориентирам. подвижная игра «к деду морозу в гости».	https://resh.edu.ru/	29.01	
58	Подвижная игра «к деду морозу в гости».	Комплекс ОРУ, закрепление упражнений на дыхания. Подвижная игра «к деду морозу в гости».	https://resh.edu.ru/	30.01	
59	Основные виды передвижения.	Комплекс ОРУ на развитие силы. команда «становись, равняйся, смирно!»	https://resh.edu.ru/	01.02	
60	Передвижение в колонне по одному. Передвижение по-пластунски Подвижная игра «Солнышко»	Комплекс ОРУ. специально беговые упражнения. закрепление упражнений на дыхания. подвижная игра «солнышко».	https://resh.edu.ru/	05.02	

61	Плавание	История возникновения плавания, правила техника безопасности на воде.	https://resh.edu.ru/	06.02	
62	Подготовительные упражнения для освоения с водой	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	08.02	
63	Учебные прыжки в воду	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	12.02	
64	Комплекс общеразвивающих и специальных упражнений пловца	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	13.02	
65	Движения рук при плавании кролем на груди	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	15.02	
66	Обучение упражнением на правильный захват мяча, своевременное (выпуск его).	Комплекс утренней гимнастики, медленный бег. специально-беговые упражнения. разновидности ходьбы. обучение упражнением на правильный захват мяча, своевременное (выпуск его).	https://resh.edu.ru/	26.02	
67	Обучение технике броска и ловли мячей. Упражнения для улучшения осанки.	Комплекс ОРУ, медленный бег с чередованием с ходьбой. разновидность ходьбы, обучение технике броска и ловли мячей.	https://resh.edu.ru/	27.02	
68	Закрепление технике метания малого мяча с места правой и левой рукой. Упражнения для развития вестибулярного аппарата.	ОРУ с теннисным мячом комплекс. су. специальные беговые упражнения. разнообразные прыжки и многоскоки, броски в стену (щит) большого и малого мячей одной и обеими руками. Метание в горизонтальную и вертикальную цель (1,5 x 1,5 м) с расстояния 5 – 6 метров. П/и «Делай наоборот»	https://resh.edu.ru/	29.02	
69	Игры с бросанием, ловлей и метанием «Метко в цель», «Догони мяч». Комплекс упражнений для укрепления плечевого пояса.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения, многоскоки, смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой). подвижная игра «Метко в цель», «Догони мяч».	https://resh.edu.ru/	04.03	
70	Игры с бросанием, ловлей и метанием «Кого назвали – тот и ловит», «Догони мяч».	Игры с бросанием, ловлей и метанием «Кого назвали – тот и ловит», «Догони мяч».	https://resh.edu.ru/	05.03	
71	Передвижение по-пластунски, в упоре стоя на коленях вперед, вперед спиной, приставным шагом.	иметь представление об основных видах передвижения.	https://resh.edu.ru/	07.03	
72	Передвижение в стойке на коленях с опорой на цилиндр.	Подвижные игры с бегом и прыжками «Кошка и мышка», «Быстро по местам».	https://resh.edu.ru/	11.03	
73	Передвижение на животе по гимнастической скамейке, по скамейке с переходом на гимнастическую стенку	Игры с элементами общеразвивающих упражнений «Мы солдаты».	https://resh.edu.ru/	12.03	
74	Движения ног при плавании кролем на груди.	Комплекс ОРУ. Специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт, закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	14.03	
75	Движения головой при выполнении вдоха. Упражнения в равновесии. Упражнения на развитие функции опорности и равновесия с	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	18.03	

	использованием цилиндра.				
76	Координация движений руками с дыханием при плавании кролем на груди: стоя на месте и в сочетании с ходьбой	Комплекс ОРУ. Специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт, закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	19.03	
77	Стартового прыжка. Упражнения для освоения с водой.	Комплекс ОРУ. Специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	21.03	
78	Техника плавание кролем на груди. Движения ног: сидя на краю бортика, с опорой руками о бортик бассейна; то же с выполнением выхода в воду. выдохи в воду с поворотом головы на вдох.	Комплекс ОРУ. Специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт, закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	01.04	
79	Плавание с дыханием через 2 гребка, через 3 гребка. Упражнения для развития вестибулярного аппарата.	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт. Закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	02.04	
80	Техника плавание кролем на спине.	Комплекс ОРУ, специальные упражнения для занятия плаванием с использованием икт, закрепление упражнений на дыхания.	https://resh.edu.ru/	04.04	
81	Дыхательная гимнастика. Упражнения для формирования правильной осанки.	Уметь выполнять индивидуальные комплексы корригирующей и дыхательной гимнастики, общеразвивающие упражнения на развитие основных физических качеств.	https://resh.edu.ru/	08.04	
82	Упражнения для увеличения подвижности суставов конечностей	Иметь представления об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений.	https://resh.edu.ru/	09.04	
83	Упражнения для развития вестибулярного аппарата. Развитие координационных способностей.	Выполнять упражнения под счет учителя.	https://resh.edu.ru/	11.04	
84	Упражнения для формирования свода стопы	Комплекс ОРУ, специально беговые упражнения. Закрепить перекатов в положении лёжа в разные стороны.	https://resh.edu.ru/	15.04	
85	Метание малого мяча. ОРУ на развитие подвижности и силы плечевого пояса и суставов верхних конечностей.	Знать и уметь выполнять правильный захват малого мяча	https://resh.edu.ru/	16.04	
86	Техника метания малого мяча в вертикальную цель	Иметь представление о технике метании малого мяча в различные цели	https://resh.edu.ru/	18.04	
87	Техника метания малого мяча в горизонтальную цель	Иметь представление о технике метании малого мяча в различные цели	https://resh.edu.ru/	22.04	
88	Техника метания малого мяча на заданное расстояние	Уметь выполнять правильный захват малого мяча	https://resh.edu.ru/	23.04	
89	Техника метания малого мяча в вертикальную цель, на дальность	Беговые упражнения.	https://resh.edu.ru/	25.04	
90	Передвижение в коляске разного типа.	Беговые упражнения.	https://resh.edu.ru/	29.04	

91	Эстафеты с мячами. Упражнения для развития вестибулярного аппарата.	Разные эстафеты	https://resh.edu.ru/	30.04	
92	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	https://resh.edu.ru/	02.05	
93	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	https://resh.edu.ru/	06.05	
94	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	https://resh.edu.ru/	07.05	
95	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	https://resh.edu.ru/	13.05	
96	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	https://resh.edu.ru/	14.05	
97	Подвижные игры с элементами футбола. Упражнения для развития вестибулярного аппарата.	Освоить технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	https://resh.edu.ru/	16.05	
98	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	https://resh.edu.ru/	20.05	
99	Подвижные игры с элементами футбола	Освоить технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	https://resh.edu.ru/	21.05	


Критерии и нормы оценки знаний, умений и навыков обучающихся

Текущий контроль осуществляется по безотметочной системе. В конце каждой четверти на основании промежуточных результатов успеваемости заполняется лист индивидуальных достижений по предметам. Ведется мониторинг развития универсальных учебных действий по классам.

Лист корректировки рабочей программы

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

Лист согласования к документу № 121-о от 31.08.2023
Инициатор согласования: Мартынова Л.Р. Директор
Согласование инициировано: 03.10.2023 11:18

Лист согласования			Тип согласования: последовательное	
N°	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Мартынова Л.Р.		 Подписано 03.10.2023 - 11:19	-