

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Ильменская средняя общеобразовательная школа»  
Руднянского муниципального района Волгоградской области

**РАССМОТРЕНО**

На заседании педагогического совета

Протокол №1 от 30.08.2022г.

**УТВЕРЖДЕНО**

И.О. директора школы

\_\_\_\_\_ Битюцкая Т. Н.

Приказ №\_349/3 \_ от "31" августа 2022 г

**Адаптированная рабочая программа  
по предмету «физическая культура»  
для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2)  
5-9 классы  
основного общего образования**

Составитель: Чекунов М.А., учитель физической культуры

### **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» адаптирована для обучения школьников 5-9 х классов с задержкой психического развития (вариант 7.2) с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию обучающихся.

Нормативно-правовую базу разработки адаптированной программы для обучающихся с задержкой психического развития составляют:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2,16,17,18,28,29,34,35,41,42,44,48,,58,59,60,66,75,79).
2. ФГОС ООО (утверждены приказом Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897) с изменениями.
3. Приказ Минобрнауки России от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897» (зарегистрировано в Минюсте России 02.02.2016 № 40937).
4. СанПин 2.4.2.2821-10 от 29.12.2010 г. № 189 с изменениями и дополнениями от 24.11.2015г. № 81 (ОВЗ).
5. Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, Протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).
6. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
7. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).
8. Федеральные требования к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений (утверждены приказом Минобрнауки России от 4 октября 2010 г. № 986).
9. Федеральный закон от 24.11.2013 года № 185-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации».
10. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 20.09. 2013г N 1082 г. «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии» (Зарегистрирован в Минюсте РФ 23 октября 2013 N 30242).
11. Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2016 г. № ВК-452/07 "О введении ФГОС ОВЗ"

12. Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования МКОУ «Ильменская СОШ» для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2)

Обучающиеся задержкой психического развития (вариант 7.2) получают образование в обычных общеобразовательных классах, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения, образованию обучающихся, не имеющих ограничений по возможностям здоровья, в те же сроки обучения (5-9 классы).

Программа ориентирована на учебно-методический комплект под редакцией В.И. Ляха и М.Я. Виленского «Физическая культура 5-9 классы».

### **Цель:**

формирование у обучающихся 5-9 классов устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

**Коррекционными целями** реализации адаптированной рабочей программы является создание условий для:

- организации коррекционной помощи в овладении базовым содержанием обучения по учебному предмету «Физическая культура»;
- достижения выпускниками основной школы целевых установок,

определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

### **Задачи:**

- **содействовать** гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- **развивать** жизненно важных двигательных умений и навыков (координационных способностей – точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве; кондиционных способностей – скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости), формирование опыта двигательной деятельности;
- **развивать** основные физические качества и способности, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма, представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- **формировать** адекватные оценки собственных физических возможностей, культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- **осваивать** знания о физической культуре и спорте, их истории в современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни, знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, о развитии волевых и нравственных представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- **воспитывать** привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время, инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности, ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- **продолжить** обучения и совершенствования базовых видов двигательных действий.

Коррекционные задачи, решаемые при реализации адаптированной рабочей программы:

- создание условий для адаптации обучающихся при переходе с первого уровня обучения на уровень основной школы;
- создание условий для успешной самореализации обучающихся в различных видах познавательно-образовательной деятельности;
- коррекция нарушений устной речи, коррекция и профилактика нарушений чтения и письма;
- развитие сознательного использования языковых средств в различных коммуникативных ситуациях с целью реализации полноценных социальных контактов с окружающими;
- создание условий для достижения обучающимися уровня функциональной грамотности, обеспечивающего готовность человека к решению стандартных задач в различных сферах жизнедеятельности;
- создание благоприятного психолого-педагогического климата для реализации индивидуальных способностей обучающихся с ограниченными возможностями развития.

### Преемственность

Преемственность и адаптация детей необходимы для обучения физической культуры в школе. Важно сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культуры и спортом.

При реализации принципа непрерывности и преемственности основных составляющих процесса физического воспитания школьников, необходимо отметить два обстоятельства. Во-первых, все более актуальной становится проблема организации круглогодичной двигательной деятельности школьников в связи с установленными тенденциями стагнации характеристик физической подготовленности как по мере взросления детей в многолетнем цикле обучения в школе, так и в каникулярные периоды. Во-вторых, углубленная реализация данного принципа предполагает необходимость обеспечения действенной преемственности программ многолетнего процесса физической подготовки школьников.

Вместе с тем на основе внедрения в учебный процесс общеобразовательных школ основных положений разработанной теоретико-методологической концепции можно уже сейчас достичь значительного улучшения качества процесса формирования физической культуры учащихся классов общеобразовательных школ и, следовательно, результативности их учебной и повседневной деятельности.

### Межпредметное взаимодействие

Приоритетной целью современного образования является развитие личности ребёнка. Эта цель достигается через гуманизацию процесса обучения, через создание потенциала устойчивого развития ребёнка. Решение этой задачи облегчает обучение на интегрированной основе.

При организации целостного образовательного процесса в основной школе особое значение приобретают межпредметные связи: содержание физической культуры соотносится с содержанием таких учебных предметов, как окружающий мир, литература, математика и искусство, биология.

Рабочая программа для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) разработана с учетом психолого-педагогической характеристики таких обучающихся.

Обучающиеся с задержкой психического развития – это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные психолого-медико-педагогической комиссией и препятствующие получению образования без создания специальных условий. Все обучающиеся с задержкой психического развития испытывают в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения. Общими для всех обучающихся данной категории являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп, либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции.

Для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) характерны следующие **особые образовательные потребности**:

- наглядно-действенный характер содержания образования;
- упрощение системы учебно-познавательных задач, решаемых в процессе образования;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью;
- необходимость постоянной актуализации знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения;
- стимуляция познавательной активности, формирование потребности в познании окружающего мира и во взаимодействии с ним;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование произвольной саморегуляции в условиях познавательной деятельности и поведения;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование способности к самостоятельной организации собственной деятельности и осознанию возникающих трудностей, формированию умения запрашивать и использовать помощь взрослого;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на развитие разных форм коммуникации;
- специальная психокоррекционная помощь, направленная на формирование навыков социально одобряемого поведения в условиях максимально расширенных социальных контактов.

### Место учебного предмета в учебном плане

Курс «Физической культуры» изучается с 5 по 9 класс, в 5 классе – 68 ч, в 6 классе – 68 ч, в 7 классе – 68 ч, в 8 классе – 68 ч, в 9 классе - 68 ч. Таким образом, рабочая программа рассчитана на 340 ч на пять лет обучения.

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5—9 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **Личностные универсальные учебные действия**

В рамках **когнитивного компонента** будут сформированы:

- ориентация в системе моральных норм и ценностей, понимание конвенционального характера морали;
- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе;
- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в чрезвычайных ситуациях, рациональной организации труда и отдыха, приёмов оказания первой помощи, способов самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственно и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;
- представление о влиянии факторов риска на здоровье человека, о травматизме, стрессах, ВИЧ-инфекции, инфекционных заболеваниях, нарушениях осанки, зрения, слуха, проявлениях наследственных заболеваниях;
- умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга.

В рамках **ценностного и эмоционального компонентов** будут сформированы:

- гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
- уважение к истории, культурным и историческим памятникам;
- уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;

- позитивное, уважительное отношение к семье и семейным традициям, осознание значения семьи для успешной жизни человека и значимости сохранения нравственных устоев семьи;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении;
- устойчивая негативная позиция по отношению к сквернословью, табакокурению, употреблению алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ.

В рамках **деятельностного (поведенческого) компонента** будут сформированы:

- готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности;
- умение действовать в конкретной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива;
- готовность к выбору профильного образования, к проектированию последующего образовательно-профессионального маршрута в соответствии с индивидуальными запросами и потребностями рынка труда;

*Выпускник получит возможность для формирования:*

- *выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интереса к учению;*
- *готовности к самообразованию и самовоспитанию;*
- *адекватной позитивной самооценки и Я-концепции;*
- *эмпатии как осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.*

## **Регулятивные УУД**

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.

Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;

- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

2. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

3. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

4. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

## Познавательные УУД

5. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления);
- объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные /наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

6. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;



- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот; строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

7. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст nonfiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

8. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

9. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

### **Коммуникативные УУД**

10. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение– (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно - коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

14. Формирование учебно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся

Обучающийся научится:

- планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме;
- выбирать и использовать методы, релевантные рассматриваемой проблеме;

- распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы;
- ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме;
- отличать факты от суждений, мнений и оценок, критически относиться к суждениям, мнениям, оценкам, реконструировать их основания;
- видеть и комментировать связь научного знания и ценностных установок, моральных суждений при получении, распространении и применении научного знания.

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно задумывать, планировать и выполнять учебное исследование, учебный и социальный проект;
- целенаправленно и осознанно развивать свои коммуникативные способности, осваивать новые языковые средства;
- осознавать свою ответственность за достоверность полученных знаний, за качество выполненного проекта.

## **Предметные результаты освоения программы по физической культуре**

### **5 - 9 классы**

Ученик научится:

- различать основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие;
- производить закаливание организма (обтирание).
- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями;
- знать, что такое частота сердечных сокращений и как ее измерять, как оказывать первую помощь при травмах, вести дневник самоконтроля.
- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
- выполнять строевые упражнения;
- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, брус, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метание);

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- переносить лыжи по команде «на плечо», «под рукой»;
- выполнять ступающий и скользящий шаг.
- подъем на склон «полуелочкой».
- спуск под уклон в основной стойке.
- торможение падением.
- подниматься на склон «полуелочкой», «елочкой».
- выполнять «накаты».
- играть в подвижные игры;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр.
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности

Ученик получит возможность научиться:

- понимать правила проведения закаливающих процедур;
- характеризовать понятие об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- 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;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- 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.
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять разминку, на развитие координации движения;
- бегать различные варианты эстафет;
- выполнять броски набивного мяча от груди и снизу;
- выполнять передвижения на лыжах;
- выполнять ступающий и скользящий шаг как с палками, так и без, повороты переступанием как с палками, так и без, подъем на склон «полуелочкой» с лыжными палками и без них, спуск под уклон в основной стойке с лыжными палками и без них;

- торможение падением;
- кататься на лыжах «змейкой»;
- проходить дистанцию 1,5 км;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
- понимать правила подвижных игр;
- характеризовать спортивные игры: футбол, баскетбол, волейбол;
- проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
- выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол.

Планируемые результаты освоения обучающимися задержкой психического развития рабочей программы дополняются результатами коррекционной работы по предмету, которые отражают сформированность социальных (жизненных) компетенций, необходимых для решения практико-ориентированных задач и обеспечивающих становление социальных отношений обучающихся в различных средах:

- развитии адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении, проявляющееся:

- в умении различать учебные ситуации, в которых необходима посторонняя помощь для её разрешения, с ситуациями, в которых решение можно найти самому;

- в умении обратиться к учителю при затруднениях в учебном процессе, сформулировать запрос о специальной помощи;

- в умении использовать помощь взрослого для разрешения затруднения, давать адекватную обратную связь учителю: понимаю или не понимаю;

- овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, проявляющееся:

- в расширении знаний правил коммуникации;

- в расширении и обогащении опыта коммуникации ребёнка в ближнем и дальнем окружении, расширении круга ситуаций, в которых обучающийся может использовать коммуникацию как средство достижения цели;

- в умении решать актуальные школьные и житейские задачи, используя коммуникацию как средство достижения цели (вербальную, невербальную);

- в умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить свои намерения, просьбу, пожелание, опасения, завершить разговор;

- в умении корректно выразить отказ и недовольство, благодарность, сочувствие и т.д.;

- в умении получать и уточнять информацию от собеседника; в освоении культурных форм выражения своих чувств.

- способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно-временной организации, проявляющаяся:

- в расширении и обогащении опыта реального взаимодействия обучающегося с бытовым окружением, миром природных явлений и вещей, расширении адекватных представлений об опасности и безопасности;

- в адекватности бытового поведения обучающегося с точки зрения опасности (безопасности) для себя и для окружающих; сохранности окружающей предметной и природной среды;

- в развитии любознательности, наблюдательности, способности замечать новое, задавать вопросы;

- в развитии активности во взаимодействии с миром, понимании собственной результативности;

- в умении принимать и включать в свой личный опыт жизненный опыт других людей;

- в способности взаимодействовать с другими людьми, умении делиться своими воспоминаниями, впечатлениями и планами;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- в освоении возможностей и допустимых границ социальных контактов, выработки адекватной дистанции в зависимости от ситуации общения;
- в умении проявлять инициативу, корректно устанавливать и ограничивать контакт;
- в умении применять формы выражения своих чувств соответственно ситуации социального контакта.

Результаты коррекционно-развивающей поддержки в рамках освоения рабочей программы отражают:

- способность усваивать новый учебный материал, адекватно включаться в классные занятия и соответствовать общему темпу занятий;
- способность использовать речевые возможности на уроках при ответах и в других ситуациях общения, умение передавать свои впечатления, умозаключения так, чтобы быть понятым другим человеком, умение задавать вопросы;
- способность к наблюдательности, умение замечать новое; стремление к активности и самостоятельности в разных видах предметнопрактической деятельности;
- умение ставить и удерживать цель деятельности; планировать действия; определять и сохранять способ действий; использовать самоконтроль на всех этапах деятельности; осуществлять словесный отчет о процессе и результатах деятельности; оценивать процесс и результат деятельности;

## **2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**Легкая атлетика.** Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением;

- бег с ускорением (30 – 60 м) с максимальной скоростью. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с.);
- высокий старт и скоростной бег до 50 метров (2 серии);
- поднимание туловища за 30 сек (пресс)
- эстафеты, встречная эстафета;
- прыжки с места и с разбега. Прыжки в длину с места – на результат;
- прыжки в длину с 5 – 7 шагов разбега. Гладкий бег по стадиону 6 минут – на результат;
- медленный бег с изменением направления по сигналу. Прыжки в длину с разбега – на результат;
- разнообразные прыжки и многоскоки. Броски и толчки набивных мячей. Наклон вперед из положения сидя на полу;
- челночный бег – на результат. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность; - метание в горизонтальную и вертикальную цели (1x1) с расстояния 6 – 8 м;
- прыжковые упражнения, выполняемые сериями;
- бег 60 метров – на результат;
- бег на месте с высоким подниманием бедра и опорой руками о стенку. Выполнять в среднем темпе сериями по 10 – 20 сек. Бег от 200 до 1000 м4
- бег на месте с высоким подниманием бедра и опорой руками о стенку. Выполнять в среднем темпе сериями по 10 – 20 сек ;
- метание на дальность в коридоре5 -6 метров;
- метание в горизонтальную и вертикальную цели (1x1) с расстояния 6 – 8 м;
- прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх; то же но через набивные мячи, расставленные низкие барьеры; то же, но на скамью высотой 20 -40 см);
- прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой;

- прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Игры с прыжками;
- прыжки в длину с места – на результат, игры с прыжками
- поднимание туловища за 30 сек (пресс);
- бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий;
- игры с бегом. подтягивание в висе(м) подтягивание из вися лежа(д);
- смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой) до 4000 метров – мальчики, до 2500 метров – девочки;
- бег с низкого старта в гору. Переменный бег – 10 минут. Наклон вперед из положения сидя на полу;

#### **Спортивные игры.** Обучение технике прыжков, стоек;

- изучении перемещений, остановок, поворотов;
- обучение технике верхней передачи мяча над собой;
- ознакомление с техникой выполнения нападающего удара на месте и с 3-х шагов;
- ознакомление с техникой выполнения верхней подачи мяча броском из-за головы с одного шага;
- обучение технике приемов и передач мяча;
- ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке;
- броски одной и двумя руками в движении без сопротивления защитника;
- ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину;
- нападение быстрым прорывом;
- техники выполнения верхней подачи мяча;
- учебная игра;
- вырывание мяча, выбивание мяча;
- нападение быстрым прорывом;
- сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача;
- ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов;
- игра «Стритбол».

#### **Лыжная подготовка.** Скользящий шаг;

- попеременный двухшажный ход;
- одновременный бесшажный ход;
- коньковый ход без палок;
- спуск в высокой стойке;
- подъем «елочкой»;
- торможение «плугом»;
- игры на лыжах;
- дистанция – 1 км;
- игры на лыжах.

#### **Гимнастика с элементами акробатики.** Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением;

- вис согнувшись, вис прогнувшись(м), смешанные висы(д);
- кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках;
- вскок в упор присев. Соскок прогнувшись;
- метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад (через голову, между ног), от груди двумя руками или одной, сбоку одной рукой;
- совершенствовать технику лазания по канату в два приема;
- совершенствовать кувырки вперед и назад (2-3 слитно);
- повторить стойку на лопатках перекатом назад;
- специализированная полоса препятствий (6-7 видов: бревно, акробатика, скакалка, обруч, набивные мячи, лазание, перелазание);
- тест: прыжки на скакалке за 30 сек.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ИЗУЧЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

#### 5-9 классы

№	Наименование разделов и тем	Всего часов
1	Лёгкая атлетика	20 часов
2	Спортивные игры	20 часов
3	Гимнастика	12 часа
4	Лыжная подготовка	16 час
<b>Итого:</b>		<b>68 часов</b>

#### 5-9 классы

№	Темы	Всего часов
<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА</b>		<b>20</b>
1.	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Высокий старт. Бег с ускорением 30 м.	1
2.	Бросковые шаги. Метание малого мяча на дальность.	1
3.	Скоростной бег до 60 м. Метание малого мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов.	1
4.	Тест – бег на 30 м.	1
5.	Тест – метание малого мяча на дальность с разбега.	1
6.	Беговые упражнения. Сочетание ходьбы и бега в равномерном темпе.	1
7.	Тест - челночный бег 3x10 м. Метание малого мяча в цель.	1
8.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивание. Разбег и отталкивание.	1
9.	Тест - 6-ти минутный бег. Прыжковые упражнения.	1
10.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивание.	1
11.	Тест – прыжок в длину с места.	1
12.	Бег с ускорением из различных исходных положений Прыжковые упражнения.	1



	Многоскоки..	
13.	Тест - челночный бег 3x10 м.	1
14.	Тест – прыжок в длину с места.	1
15.	Скоростной бег до 60 м.	1
16.	Беговые упражнения. Чередование бега и ходьбы. Броски и ловля набивного мяча в парах.	1
17.	Кроссовый бег со средней скоростью – 2000 м	1
18.	Тест – бег на 30 м.	1
19.	Тест - метание малого мяча в цель с расстояния 8-10 м.	1
20.	Коррекция навыков и умений по лёгкой атлетике.	1
<b>СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ</b>		<b>20</b>
1.	Техника безопасности при занятиях спортивными играми. Стойки и перемещения.	1
2.	Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра «Овладей мячом».	1
3.	Ведение мяча в низкой и высокой стойке на месте и в движении. Броски мяча в кольцо с места из разных точек. Эстафеты с ведением мяча.	1
4.	Ведение мяча правой и левой рукой с изменением направления. Ловля и передача мяча в тройках и квадратах.	1
5.	Контроль выполнения передачи мяча одной рукой от плеча в движении.	1
6.	Контроль выполнения ведения мяча правой и левой рукой с изменением направления	1
7.	Правила и организация игры волейбол. Стойки и держание мяча.	1
8.	Перемещения в стойке. Бег из различных и.п., с ускорением, остановками, изменением направления.	1
9.	Ловля и передача набивного мяча двумя руками в парах и тройках.	1
10.	Передачи мяча двумя руками сверху, через сетку. Передача мяча в движении в парах.	1
11.	Техника нижней прямой подачи.	1
12.	Контроль техники передачи мяча сверху двумя руками через сетку.	1
13.	Нижняя прямая подача в парах. Подвижная игра «Мяч в воздухе», эстафета волейболистов	1
14.	Броски мяча в кольцо в движении (после ведения, после ловли). Комбинация из освоенных элементов (ловля, передача, ведение и бросок в кольцо).	1
15.	Контроль выполнения броска мяча в кольцо после ведения	1
16.	Игры «Стрит-бол», «Мини-баскетбол».	1
17.	Контроль техники нижней прямой подачи.	1
18.	Учебная игра «Волейбол» по упрощенным правилам.	1
19.	Игра «Волейбол» по упрощенным правилам	1
20.	Коррекция навыков и умений по спортивным играм.	1
<b>ГИМНАСТИКА</b>		<b>12</b>
1.	Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевой шаг.	1
2.	Техника прыжка ноги врозь через опору (козел в ширину). Разбег и отталкивание.	1
3.	Техника выполнения моста из положения стоя.	1
4.	Перекаты. Кувырок вперед и кувырок назад в упор присев.	1
5.	Контроль техники прыжка ноги врозь через опору (козел в ширину).	1
6.	Комбинация из освоенных элементов акробатики.	1
7.	Комплекс упражнений с набивными мячами (мальчики), с обручами (девочки).	1
8.	Контроль выполнения акробатической комбинации.	1
9.	Комплекс упражнений для развития гибкости.	1
10.	Тест - наклон вперед из положения сед.	1
11.	Подтягивания и висы на перекладине.	1

12.	Тест по подтягиванию из виса и виса лежа.	1
<b>ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА</b>		<b>16</b>
1.	Техника безопасности. Применение лыжных мазей. Виды лыжного спорта.	1
2.	Построение на лыжах. Повороты переступанием на месте и в движении.	1
3.	Повторение техники одновременного двухшажного хода. Ходьба на лыжах в равномерном темпе до 10 мин.	1
4.	Повторение техники подъёма «елочкой». Комплекс общеразвивающих упражнений на лыжах.	1
5.	Контроль техники одновременного двухшажного хода.	1
6.	Контроль техники подъёма «елочкой».	1
7.	Техника одновременного бесшажного хода. Ходьба на лыжах в равномерном темпе до 15 мин.	1
8.	Комплекс общеразвивающих упражнений на лыжах. Прохождение дистанции 1500м. с максимальной скоростью.	1
9.	Контроль техники одновременного бесшажного хода.	1
10.	Техника поворота упором. Комплекс общеразвивающих упражнений на лыжах.	1
11.	Контроль - лыжные гонки 1500 м. с учетом времени.	1
12.	Прохождение дистанции 2000 м. одновременным двухшажным ходом.	1
13.	Игры и эстафеты на лыжах.	1
14.	Строевые упражнения на лыжах. Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Подъём «лесенкой» и «елочкой».	1
15.	Контроль - лыжные гонки 3000 м. без учета времени.	1
16.	Коррекция навыков и умений по лыжной подготовке.	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>68</b>

Форма контроля. Таблица №1

№ урока	Форма контроля	По теме
<b>I четверть</b> 4	Тест №1	<b>Лёгкая атлетика</b> Тест – бег на 30 м
5	Тест №2	Тест – метание малого мяча на дальность с разбега
7	Тест №3	Тест - челночный бег 3x10 м. Метание малого мяча в цель
9	Тест №4	Тест - 6-ти минутный бег. Прыжковые упражнения.
11	Тест №5	Тест – прыжок в длину с места.
13	контрольный	Контроль выполнения передачи мяча одной рукой от плеча в движении.
14	контрольный	Контроль выполнения ведения мяча правой и левой рукой с изменением направления
15	контрольный	Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность
<b>II четверть</b> 21	контрольный	Контроль техники прыжка ноги врозь через опору (козел в ширину).
24	контрольный	Контроль выполнения акробатической комбинации.
26	Тест №6	Тест - наклон вперед из положения сед.
28	Тест №7	Тест по подтягиванию из вися и вися лежа.
30	зачёт	перемещение, ведение, бросок, ловля, передача
<b>III четверть</b> 37	контрольный	<b>Лыжная подготовка.</b> Контроль техники одновременного двухшажного хода.
38	контрольный	Контроль техники подъема «елочкой».
41	контрольный	Контроль техники одновременного бесшажного хода.
43	контрольный	Контроль - лыжные гонки 1500 м. с учетом времени
46	зачёт	скольжение, равновесие, быстрота
47	контрольный	Контроль - лыжные гонки 3000 м. без учета времени.
48	зачёт	одновременный двухшажный, ход, одновременный бесшажный ход, подъем «елочкой», поворот упором
51	контрольный	Контроль техники передачи мяча сверху двумя руками через сетку.
<b>IV четверть</b> 56	контрольный	<b>Баскетбол</b> Контроль выполнения броска мяча в кольцо после ведения
58		
60	контрольный	Контроль техники нижней прямой подачи.
61	зачёт	Коррекция навыков и умений по спортивным играм.
63	Тест №8	Тест - челночный бег 3x10 м.
65	Тест №9	Тест – прыжок в длину с места.
66	Тест №10	Тест – бег на 30 м.
67	Тест №11	Тест - метание малого мяча в цель с расстояния 8-10 м.

## Материально-техническое обеспечение учебного предмета «Физическая культура»

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
<b>1</b>	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль)	Д	
1.3	Модифицированные рабочие программы по физической культуре.	Д	
1.4	Учебник по физической культуре	Г	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
<b>2</b>	<b>Демонстрационные печатные пособия</b>		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.2	Плакаты методические	Д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
<b>3</b>	<b>Экранно-звуковые пособия</b>		
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Д	
<b>4</b>	<b>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</b>		
4.1	Щит баскетбольный игровой	Д	
4.2	Щит баскетбольный тренировочный	Г	
4.3	Стенка гимнастическая	Г	
4.5	Скамейки гимнастические	Г	
4.6	Стойки волейбольные	Д	
4.7	Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола	Д	
4.8	Бревно гимнастическое напольное	Д	
4.9	Перекладина гимнастическая пристенная	Д	
4.10	Канат для лазания	Д	
4.11	Обручи гимнастические	Г	
4.12	Комплект матов гимнастических	Г	
4.13	Перекладина навесная универсальная	Д	
4.14	Набор для подвижных игр	К	
4.15	Аптечка медицинская	Д	
4.16	Спортивный туризм (палатки, рюкзаки,	Г	

	спальные мешки и др.)		
4.17	Стол для настольного тенниса	Д	
4.18	Комплект для настольного тенниса	Г	
4.19	Мячи футбольные	Г	
4.20	Мячи баскетбольные	Г	
4.21	Мячи волейбольные	Г	
4.22	Сетка волейбольная	Д	
4.23	Оборудование полосы препятствий	Д	
<b>5</b>	<b>Спортивные залы (кабинеты)</b>		
5.1	Спортивный зал игровой (гимнастический)		С раздевалками для мальчиков и девочек
5.2	Кабинет учителя		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
5.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
<b>6</b>	<b>Пришкольный стадион (площадка)</b>		
6.1	Легкоатлетическая дорожка	Д	
6.2	Сектор для прыжков в длину	Д	
6.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	
6.4	Гимнастический городок	Д	
6.5	Полоса препятствий	Д	
6.6	Лыжная трасса	Д	

Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

#### **Программа разработана на основе:**

- Рабочая программа по Физической культуре В.И Ляха. 1-11 классы;
  - Физическая культура 5-9 классы В.И Лях, издательство «Просвещение».
  - Физическая культура 5-6-7 классы В.И. Лях, издательство «Просвещение».
  - Физическая культура 8-9 классы В.И. Лях, издательство «Просвещение».
- Лях В.И Физическая культура: 1-11 класс. М.: Просвещение, 2012. ФГОС

#### **Перечень учебно-методических средств обучения**

В 5-9 классах рекомендуется линия учебно-методических комплектов под редакцией В.И. Ляха и М.Я. Виленского: «Физическая культура 5-9классы», под редакцией М.Я. Виленского, издательство «Просвещение» 2012г.

#### **Библиографический список литературы**

1.Бергер Г.И., Бергер Ю.Г. Конспекты уроков для учителя физкультуры: 5-9 класс: Урок физкультуры: Спортивные игры, лыжная подготовка, подвижные игры. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. – 144 с.

2.Красников А.А. Проблемы общей теории спортивных соревнований. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 324 с. (Наука – спорту).

3.Лях В.И. «Физическая культура», учебник для учащихся 10-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура». - М.: СпортАкадемПресс, 2003.

4. Лях В.И.»Физическая культура», учебник для учащихся 11-х классов образовательных учреждений с углубленным изучением предмета «физическая культура» М.: СпортАкадемПресс, 2003. - 174с: ил.

5.Нестеровский Д.И., Поляков В.А. Обучение основам техники нападения игры в баскетбол: Учебно-методическое пособие для студентов факультета физической культуры: педагогических вузов, учителей школ и тренеров. – 2-е изд. Доп. и перераб. – Пеня, 2003 – 120 с.

6. Погодаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры; Предисл. В.В.Кузина, Н. Д. Никандрова. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, 2000.- 496 с., ил.

7.Петров В.К. Новые формы физической культуры и спорта.- М.: Советский спорт, 2004. - 40 с.

**МКОУ "ИЛЬМЕНСКАЯ СОШ"**, Битюцкая Татьяна Николаевна, Исполняющий Обязанности Директора  
**19.01.2023** 22:10 (MSK), Сертификат 03DC2CAB00F9ADE2924D12DF482F7D5917