

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Управление образования Администрации г. Ижевска**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 77"**

**АДАПТИРОВАННАЯ
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 788175)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающегося 3 класса

г. Ижевск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и

мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

В 3 классе в условиях инклюзии обучается ученик с ОВЗ (основание - заключение Республиканской ПМПК). Обучение инклюзивное, рекомендовано обучение по адаптированным программам для детей с задержкой психического развития.

Коррекционно - развивающая работа с учениками проводится по следующим направлениям:

- Коррекция основных движений;
- индивидуальная работа по изучению основных разделов

- Коррекция и развитие основных физических качеств;
- развитие координационных способностей,
- развитие выносливости,
- развитие гибкости,
- развитие силы,
- развитие быстроты

- Коррекция и развитие физической подготовленности;
- подготовка к сдаче контрольных нормативов

- Коррекция психических нарушений;
- развитие зрительного восприятия и узнавания;
- развитие зрительной памяти и внимания;
- развитие представлений о времени;
- развитие слухового внимания и памяти;

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультурминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Лёгкая атлетика

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Лыжная подготовка

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Плавательная подготовка.

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками, погружение в воду и всплытие, скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура.

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;

- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противостаном в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПРЕДМЕТНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ 3 КЛАССА

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту. В динамике определяются показатели физической подготовленности обучающихся – это контрольные нормативы, которые сдаются 2 раза в год (сентябрь, май).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Физическая нагрузка	2			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.2	Легкая атлетика	10		2	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Лыжная подготовка	12			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.4	Плавательная подготовка	0			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.5	Подвижные и спортивные игры	14			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		50			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10			https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	2	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы	Коррекционная работа
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
2	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
3	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Развитие зрительной памяти и внимания
4	Челночный бег	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие основных физических качеств. Развитие представлений о времени
5	Беговые упражнения с координационной сложностью	1		1	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие физической подготовленности
6	Челночный бег	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений;
7	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие физической подготовленности
8	Броски набивного мяча	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие физической подготовленности
9	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие физической подготовленности
10	Броски набивного мяча	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие слухового внимания и памяти
11	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
12	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
13	Дыхательная и зрительная	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений

	гимнастика				talog/teacher/	
14	Строевые команды и упражнения	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
15	Строевые команды и упражнения	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Развитие зрительной памяти и внимания;
16	Лазанье по канату	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие слухового внимания и памяти
17	История появления современного спорта	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
18	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Эстафеты	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
19	Передвижения по гимнастической скамейке	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
20	Передвижения по гимнастической скамейке	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие физической подготовленности
21	Передвижения по гимнастической стенке	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие зрительной памяти и внимания
22	Прыжки через скакалку	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
23	Прыжки через скакалку	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
24	Ритмическая гимнастика	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений Развитие зрительной памяти и внимания

	игры					
26	Ритмическая гимнастика	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
27	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие слухового внимания и памяти
28	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
29	Виды физических упражнений	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие основных физических качеств
30	Танцевальные упражнения из танца полька	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений Развитие слухового внимания и памяти
31	Танцевальные упражнения из танца полька	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие слухового внимания и памяти
32	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
33	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
34	Дозировка физических нагрузок	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
35	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
36	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
37	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
38	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
39	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км.	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений

40	Повороты на лыжах способом переступания	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
41	Повороты на лыжах способом переступания	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
42	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений · Развитие зрительной памяти и внимания
44	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие представлений о времени
45	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие физической подготовленности. Развитие зрительной памяти и внимания
46	Спортивная игра баскетбол	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
47	Спортивная игра баскетбол	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие основных физических качеств
48	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие основных физических качеств. Развитие зрительной памяти и внимания
49	Спортивная игра волейбол	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
50	Спортивная игра волейбол	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция и развитие основных физических качеств. Развитие представлений о времени
51	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие зрительной памяти и внимания
52	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие слухового внимания и памяти

	месте и в движении					
53	Закаливание организма под душем	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
54	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени. Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Бег 1000 м. Эстафеты	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
56	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Кросс на 2 км. Эстафеты	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
58	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		1	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
60	Прыжок в длину с разбега	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений

62	Прыжок в длину с разбега	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
63	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
64	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			https://www.gto.ru/norms	Коррекция основных движений
65	Спортивная игра футбол	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
66	Спортивная игра футбол	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Самоконтроль
67	Подвижные игры с приемами футбола	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений. Развитие слухового внимания и памяти
68	Подвижные игры с приемами футбола	1			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/	Коррекция основных движений
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	2		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Энциклопедия для детей. Т. 20. спорт/ Глав. Ред. В.А. Володин. – М.: Аванта +, 2001, 624с., ил
- Физкультура для всей семьи, 2 изд., стереотип/ сост. Козлова Т.В., Рябухина Т.А.. – М.: Физкультура и спорт, 1990, 463с., ил

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Малков Ю.П. М19. легкая атлетика: Учебное методическое пособие. Ижевск: Издательство Удмуртского университета, 1995. 198с.
- Настольная книга учителя физической культуры/Под. Ред. Профессора Н.Д. Кофманма; составитель Г.И. Погадаев; Предисловие В.В. Кузина, Н.Д. Никандрова. – М.: Физкультура и спорт, 1998. – 496с., ил.
- Петров П.К. Урок гимнастики в школе: Учебное пособие. Ижевск: Издательство Удмуртского университета, 1994. 80с.
- Петров П.К. Общеразвивающие упражнения на уроках гимнастики в школе: Учебное пособие. Ижевск: Издательство Удмуртского университета, 1995. 164с.
- Петров П.К. Методика обучения упражнениям в висах и упорах в школе: учебное пособие. Ижевск. Изд-во Удм. Ун., 1995 – 92с.
- Петров П.К., Пономорев Г.И. Методика обучения акробатически упражнениям и прыжкам в школе: учебное пособие. Ижевск. Изд-во Удм. Ун., 1994 – 74с.
- Дулин А.Л. Баскетбол в школе. 2 изд., доп. и перераб.: Уч. Пос. для студ. фак-в ФК. Ижевск: Изд-во Улм. Ун., 1996. – 400с., ил
- А.П.Матвеев. Физическая культура. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2011
- Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Уч. Для студ. Высш. Учебных заведений. – М.: Гуманитар. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003, - 448с.
- Колодницкий Г.А. физическая культура. Ритмические упражнения, хореография и игры: Метод. пособие / Колодницкий Г.А, Кузнецов В.С, - 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2004. – 96 с.: ил.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- <http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>
- <https://resh.edu.ru/subject/9/1/>
- <https://www.gto.ru/norms>
- <https://uchi.ru/?->