

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА №19»

г.ТВЕРИ

Согласовано

Руководитель МО учителей
естественно-
математического цикла

О.С.Кушина

Протокол № 1

от «29» 08 2024 г.

Рассмотрено

на заседании
педагогического совета
МБОУ СШ №19

Протокол № 12

от «29» 08 2024 г.

Утверждаю

Директор МБОУ СШ №19

М.В.Чижова

Приказ № 103/5

от «29» 08 2024 г.

ФЕДЕРАЛЬНАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С

ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

по предмету «Физическая культура»

для обучающихся 1-4 классов

Тверь, 2024

1.Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Физическая культура» (1-4 класс) составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012г. № 273;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного Министерством образования науки РФ 6 октября 2009г. приказ № 373 с изменениями от 26.11.2010г. №1241, от 22.09.2011г. №2357, от 18.12.2012г. №1060, от 29.14.2014г. №1643, от 31.12.2015г.№1576 г.);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. Приказ Минобрнауки России № 1598 от 19 декабря 2014г.
- Концепция преподавания предметной области «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (от 24.12.2018г., Коллегия Министерства просвещения Российской Федерации)
- СанПиН 2.4.2.2821-10 от 29.12.2010г. №189 (с изменениями и дополнениями от 29.06.2011г. №85, от 25.12.2013г. №72, от 24.11.2015г. №81)
- с учётом Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15;
- Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования МБОУ ООШ № 25 г.Казани для обучающихся с задержкой психического развития.

Программа отражает содержание обучения предмету «Физическая культура» с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с задержкой психического развития.

Цель: по предмету «Физическая культура» является укрепление здоровья обучающихся с ЗПР и совершенствование их физического развития, формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.

Задачи:

- укреплять здоровье, содействовать гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формировать первоначальные умения саморегуляции средствами физической культуры;
- формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- овладевать основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации;

- формировать понимание связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;
- овладевать умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами
- овладевать умениями включаться в занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна;
- формировать умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок; • развивать основные физические качества (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- формировать установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни. **Коррекционные задачи:**
- познакомить с правилами подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных игр, учить соблюдать их;
- формировать представления о значении физической культуры в укреплении собственного здоровья;
- формировать навыки выполнения основных видов движения (ходьба, бег, перекаты, лазанье, прыжки, метание) в процессе выполнения гимнастических упражнений, по легкой атлетике, коррекционно-развивающих упражнений и игр;
- учить имитировать движения спортсменов;
- формировать потребность организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.).

Адаптированная рабочая программа по предмету «Физическая культура» обеспечена УМК «Школа России». 1-4 класс / автор В.И.Лях, М.: «Просвещение».

Данный комплекс нацелен на достижение результатов освоения предмета

«Физическая культура» на личностном, метапредметном и предметном уровнях, реализует основные идеи Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, в нем учитываются основные идеи и положения программы развития и формирования универсальных учебных действий для начального общего образования.

Данный УМК полностью отвечает стандартам, утвержденным Министерством образования и науки РФ. Он рекомендован министерством в качестве учебников для любых типов общеобразовательных учреждений и входит в федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию в средних школах.

Интегративная компетенция формируется в условиях взаимовлияния нескольких предметов: литературное чтение, окружающий мир.

В образовательном процессе используются следующие виды дифференцированной помощи: – знакомство с новым материалом развернуто, пошагово;

- изучение нового материала с опорой на модальность: слуховую, зрительную, кинестетическую;

- пошаговое предъявление инструкции;
- опора на жизненный опыт ребёнка;
- использование в процессе обучения всех видов деятельности – игровой, предметно- практической, учебной путём изменения способов подачи информации;
- использование более широкой наглядности и словесной конкретизации общих положений большим количеством наглядных примеров и упражнений, дидактических материалов.

Адаптация программы осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) обучающихся с ОВЗ, примерной адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с задержкой психического развития, вариант 2. Программа отражает содержание обучения предмету «Физическая культура» с учетом особых образовательных потребностей, обучающихся с ЗПР. Сущность специфических для обучающихся с задержкой психического развития, вариант 2 образовательных потребностей учитывается в распределении учебного содержания по годам обучения и в механизмах адаптации содержания программы, раскрытых в календарно- тематическом планировании

2 Общая характеристика предмета

Физическая культура предполагает сопряженное развитие физических качеств, расширение двигательного арсенала младших школьников, формирование знаний об основных видах и формах физкультурной, спортивной и оздоровительной деятельности, в том числе о здоровом образе жизни. Причем, при возрастающей важности когнитивной составляющей, основным видом деятельности на уроках физической культуры остается развивающая двигательная деятельность, выполнение которой, однако, требует от ученика умения слышать и распознавать команды, соблюдать дисциплинарные требования и взаимодействовать с другими участниками образовательного процесса, что содействует развитию социально значимых качеств личности.

В соответствии с ФГОС:

- на ступени начальной школы осуществляется укрепление физического и духовного здоровья обучающихся с ЗПР, становление мировоззрения, формирование способности к организации своей деятельности, осуществление ее контроля и оценки;
- при итоговой оценке качества освоения ООП должна учитываться готовность к решению учебно-практических и учебно-познавательных задач на основе системы знаний об основах здорового и безопасного образа
- программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни должна обеспечивать: пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье; формирование установки на использование здорового питания; использование оптимальных двигательных режимов, потребности в занятиях физической культурой и спортом; развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.

В программах по физической культуре выделяется три раздела: «Знания о физической культуре» (блоки «Физическая культура», «Из истории физической культуры» и «Физические упражнения»), «Способы физкультурной деятельности» и «Физическое совершенствование». Требования ФГОС не могут быть реализованы в рамках традиционного содержания раздела «Знания о физической культуре» и обуславливают расширение теоретического материала. В этой связи предлагается:

1. Расширить тематику блока «Из истории физической культуры» информацией по Олимпийскому образованию и назвать блок «История физической культуры и Олимпийское образование».
2. Включить дополнительные блоки теоретического материала, тесно связанные с физической культурой человека (в широком смысле этого понятия): здоровый образ жизни; начальные основы анатомии человека; спорт. Это обеспечит формирование мотивации к физической культуре, расширение кругозора, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, развитие потребности в физической культуре и спорте.

Таким образом, в разделе теоретической подготовки предмета «Физической культуры» выделяются несколько содержательных блоков:

- информация о физической культуре, которая рассматривается как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека (способы передвижения человека, формы физической культуры, физические упражнения, развитие физических качеств, правила организации самостоятельных занятий физической культурой);
- здоровый образ жизни (режим дня, правильное питание, двигательный режим, личная гигиена);
- спорт (виды спорта, спортивный инвентарь, спортивная одежда, правила соревнований, правила спортивной деятельности, безопасность на тренировках и самостоятельных занятиях, основы физической, технической и тактической подготовки);
- история физической культуры и Олимпийское образование.

Характер предлагаемого для усвоения младшими школьниками содержания образования позволяет решать задачи оздоровительной, воспитательной и развивающей направленности. У обучающегося с ЗПР могут возникнуть трудности при усвоении программного материала по физической культуре. У первоклассников с ЗПР могут наблюдаться нарушения пространственной ориентировки, дети затрудняются в понимании инструкции с использованием понятий, обозначающих пространственные отношения.

Несформированность системы произвольной регуляции нарушает выполнение программы действий. В группе детей с ЗПР может обнаружиться неравномерность темпа выполнения учебного действия, что ведет к выпадению одного из элементов действия или незавершению самого действия. Повышенная отвлекаемость приводит к многочисленным ошибкам выполнения учебного задания, снижает темп и результативность деятельности. Дети с ЗПР нуждаются в постоянном контроле и дополнительных стимулах.

Обучение физической культуре должно строиться с учетом особых образовательных потребностей детей с ЗПР. При построении уроков необходимо учитывать быструю истощаемость и низкую работоспособность школьников. Новый материал предъявляется пошагово, предусматривает дозированную помощь учителя, использование специальных методов, приемов и средств обучения.

Физическая подготовка (практический раздел) осуществляется через:

- освоение разных способов передвижения человека;
- использование широкого спектра физических упражнений разной направленности; - освоение элементов спортивной деятельности из следующих видов спорта: легкой атлетики, гимнастики, лыжных гонок, конькобежного спорта, плавания и спортивных игр: футбола, волейбола, баскетбола и других - доступных для образовательного учреждения; - гармоничное и эффективное развитие физических качеств младшего школьника в сенситивный (благоприятный) возрастной период.

Новизна учебной программы состоит в следующем:

- изучение особенностей физической подготовки путем использования мини сообщений длительностью 3-5 минут по тематике осваиваемого раздела;

Значение предмета в общей системе коррекционно-развивающей работы

Изучение учебного предмета «Физическая культура» вносит весомый вклад в общую систему оздоровительной и коррекционно-развивающей работы, направленной на удовлетворение специфических образовательных потребностей обучающегося с ЗПР.

Если обучение предмету построено с соблюдением специальных дидактических принципов, предполагает использование адекватных методов и конкретных приемов, то у школьника пробуждается интерес к физическим упражнениям, желание соблюдать здоровый образ жизни, совершенствуются двигательные навыки, проявляются возможности осознания своих затруднений и соответствующие попытки их преодоления.

Уроки физкультуры способствуют профилактике заболеваний сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата. В процессе выполнения различных упражнений активизируется работа разных групп мышц, происходит избирательное воздействие на определенные системы организма. Таким образом укрепляется сердечная мышца, улучшается работа мышц брюшного пресса, диафрагмы, формируются навыки правильного дыхания, совершенствуются двигательные характеристики.

Упражнения в ходьбе, беге, лазании, прыжках, метании способствуют развитию координации движений, пространственных ориентировок, произвольности и становлению навыков самоконтроля, что значимо для организации учебной деятельности на других уроках.

При усвоении учебного предмета «Физическая культура» школьники учатся ориентироваться в задании и производить его анализ, обдумывать и планировать предстоящие действия, следить за правильностью выполнения задания, давать словесный отчет и оценку проделанной работе, что совершенствует систему произвольной регуляции деятельности.

На уроках физкультуры дети овладевают элементарными знаниями о здоровом образе жизни, значении спортивных упражнений, у них формируются такие необходимые качества личности, как целеустремленность и настойчивость в достижении результата.

Учитель по предмету «Физическая культура» должен взаимодействовать с другими участниками образовательного процесса. Взаимодействие с учителем начальных классов необходимо по предмету «Окружающий мир», где школьник также получает знания о здоровом образе жизни. Учитель начальных классов использует на уроках физминутки, которые могут быть подобраны совместно. Педагог-психолог вместе с учителем по предмету «Физическая культура» могут работать над совершенствованием системы произвольной регуляции деятельности. Педагог-психолог может обосновать индивидуальный подход к обучающимся.

На уроках физкультуры дети овладевают элементарными знаниями о здоровом образе жизни, значении спортивных упражнений, у них формируются такие необходимые качества личности, как целеустремленность и настойчивость в достижении результата. Не исключено, что для отдельных обучающихся именно уроки физкультуры могут обеспечить столь необходимую сферу успешности.

Вместе с тем учителю по предмету «Физическая культура» следует помнить следующие рекомендации:

1. У обучающихся разные двигательные возможности, которые не должны становиться объектом критики со стороны педагога и одноклассников.
2. Повышенная возбудимость часто определяет плохое поведение на уроках. В данном случае большую эффективность могут иметь парадоксальные реакции со стороны педагога – снижение громкости голоса при командах, включение дополнительных релаксационных упражнений, переключение плохо ведущих себя детей на другие виды деятельности (сходить, принести и т.п.).
3. С одной стороны, обучающимся необходима частая смена видов деятельности, с другой – они не могут быстро переключаться с одной деятельности на другую, поэтому о следующем виде занятий следует предупреждать приблизительно за минуту до завершения текущего.
4. Следует чередовать двигательные упражнения с устными опросами, во время которых определяется овладение новой терминологией, а также происходит обучение высказыванию своих потребностей (устал, болит и т.п.).
5. Обучающиеся с ЗПР часто имеют различную неврологическую, соматическую патологию, требующую соблюдения определенных правил и ограничений в физических нагрузках. Поэтому учитель по предмету Физическая культура должен иметь представление о состоянии здоровья обучающихся, соблюдать индивидуальный подход.

6. При формировании подгрупп для подвижных игр следует создавать условия для равенства возможностей команд, не допуская постоянного успеха одних и неуспеха других.

3.Описание места учебного предмета

На изучение предмета «Физическая культура» в 1-4 классах учебным планом МБОУ ООШ №25 г. Казани отводится:

1. класс – 99 часов в год, 3 часа в неделю;
2. класс – 102 часа в год, 3 часа в неделю;
3. класс – 102 часа в год, 3 часа в неделю;
4. класс – 102 часа в год, 3 часа в неделю.

4.Описание ценностных ориентиров

В основе учебно-воспитательного процесса лежат следующие ценности физической культуры:

- Ценность патриотизма и Российской гражданственности – любовь к России и российскому народу; гордость за Россию, достижения её граждан, в том числе за спортивные успехи российских атлетов.
- Ценность нравственных чувств - нравственный выбор; справедливость; честность, честь; достоинство, ответственность и чувство долга, уважение к учителям и товарищам; милосердие, забота и помощь, забота о старших и младших; толерантность.
- Ценность трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни - уважение к труду; творчество и созидание; стремление к познанию и истине; целеустремлённость и настойчивость; трудолюбие.
- Ценность природы, окружающей среды – родная земля; заповедная природа, природные факторы как средства физического воспитания;
- Ценность прекрасного - красота; гармония; духовный мир человека и его телесность; эстетическое развитие, самовыражение в творчестве и спорте;
- Ценность здоровья – здоровье, сохранение здоровья, здоровый образ жизни, безопасное поведение.

Система ценностей важна, они дополняют друг друга и обеспечивают развитие личности на основе отечественных духовных, нравственных и культурных традиций.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание нравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, уверенно использующих ценности физической культуры для укрепления и сбережения собственного здоровья и оптимизации трудовой деятельности.

Изучение учебного предмета «физическая культура» вносит весомый вклад в общую систему оздоровительной и коррекционно-развивающей работы, направленной на удовлетворение специфических образовательных потребностей, обучающихся с задержкой психического развития. Если обучение предмету построено с соблюдением специальных дидактических принципов, предполагает использование адекватных методов и конкретных приемов. То у школьника пробуждается интерес к физическим упражнениям, желание соблюдать здоровый образ жизни, совершенствуются двигательные навыки, проявляются возможности осознания своих затруднений и соответствующие попытки их преодоления.

5. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Содержание адаптированной рабочей программы по предмету «Физическая культура» (1-4 класс) направлено на достижение планируемых результатов освоения обучающимися всех компонентов, составляющих содержательную основу основной образовательной программы начального общего образования.

Планируемые результаты опираются на ведущие целевые установки, отражающие основной вклад рабочей программы в развитие личности обучающихся, их способностей.

В структуре планируемых результатов выделяются следующие группы:

1. Личностные результаты.
2. Метапредметные результаты (представлены всеми группами УУД).
3. Предметные результаты.

В результате изучения **всех без исключения предметов** при получении начального общего образования у выпускников будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

1. Личностные универсальные учебные действия У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебнопознавательные и внешние мотивы;
- учебнопознавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к оценке своей учебной деятельности;

- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- основы экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

Метапредметные результаты освоения адаптированной рабочей программы

(регулятивные, познавательные, коммуникативные):

Регулятивные универсальные учебные действия Выпускник научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;
- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и иностранном языках. **Познавательные универсальные учебные действия Выпускник научится:**
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;

- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- использовать знаковосимволические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач;
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- ориентироваться на разнообразие способов решения задач;
- основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов);
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- осуществлять синтез как составление целого из частей;
- проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинноследственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;
- осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
- устанавливать аналогии;
- владеть рядом общих приёмов решения задач. **Коммуникативные универсальные учебные действия Выпускник научится:**
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;

- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Учебный предмет «Физическая культура» имеет очень большое значение для формирования **сферы жизненной компетенции**, мониторинг становления которой оценивается по перечисленным ниже направлениям.

Развитие адекватных представлений о собственных возможностях проявляется в умениях:

- организовать себя на рабочем месте (переодеться в соответствующую одежду, занять свое место в строю);
- задать вопрос учителю при непонимании задания;
- сопоставлять результат с заданным образцом, видеть свои ошибки.

Овладение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия проявляется в умении слушать внимательно и адекватно реагировать на обращенную речь.

Способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее пространственно- временной организации проявляется:

- в формировании внутреннего чувства времени (1 мин, 5 мин и т.д.) и ориентировке в схеме собственного тела;
- в умении ориентироваться в пространстве учебного помещения.

Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей проявляется в умении находить компромисс в спорных вопросах.

Предметные результаты освоения адаптированной рабочей программы У выпускника будут сформированы:

- первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности;
- умения организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Предметные результаты приводятся в блок «Выпускник научится», относящийся к предмету «Физическая культура»(в зависимости от уровня освоения программы: результаты базового и углубленного уровней).

В результате обучения обучающиеся с ЗПР на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности. **Знания о физической культуре Выпускник научится:**

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Способы физкультурной деятельности Выпускник научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей. **Физическое совершенствование Выпускник научится:**
- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

6.Содержание учебного предмета.

1 класс (68 часов в год, 2ч в неделю)

1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (5ч)

2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (в процессе уроков)

3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (94ч)

1. Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)

2. Спортивно-оздоровительная деятельность

ГИМНАСТИКА С ОСНОВАМИ АКРОБАТИКИ (24ч)

1. *Организуящие команды и приемы (4ч)*

2. *Акробатические упражнения(6ч)* Группировка.

3. *Снарядная гимнастика (7ч)* Лазание по канату.

4. *Гимнастические упражнения прикладного характера (7ч)* Лазание по гимнастической стенке.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (29ч)

1. *Беговые упражнения(14ч)*

2. *Прыжковые упражнения (9ч)*

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ(12 ЧАСОВ)

ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (29ч)

1. *Подвижные игры (12ч)*

2. *Подвижные игры на основе баскетбола (17ч)* Бросок мяча снизу на месте.

2класс (102 часа в год, 3 ч в неделю)

1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (5ч)

2. СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (в процессе уроков)

3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (97ч)

1Физкультурно-оздоровительная деятельность(в процессе уроков)

**2. Спортивно-оздоровительная деятельность
ГИМНАСТИКА С ОСНОВАМИ АКРОБАТИКИ (27ч)**

1. *Организуящие команды и приемы(3ч)*

2. *Акробатические упражнения (9ч)* Группировка.

3. *Снарядная гимнастика (8ч)* Вис стоя и лежа.

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (27ч)

1. *Беговые упражнения (14ч)*

2. *Прыжковые упражнения (7ч)* Прыжки с поворотом на 180°.

3. *Броски большого, метания малого мяча (6ч)*

ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ (12 часов)

ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (31ч)

1. *Подвижные игры (11ч)*

2. *Подвижные игры на основе баскетбола (20ч)* Ловля и передача мяча в движении.

3класс (102 часа в год, 3 ч в неделю)

1. **ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (4ч)**

2. **СПОСОБЫ ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (в процессе уроков)**

3. **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (98ч)**

1. **Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)**

2. **Спортивно-оздоровительная деятельность**

ГИМНАСТИКА С ОСНОВАМИ АКРОБАТИКИ (20ч)

~~1. Акробатические упражнения (6ч)~~

2. *Снарядная гимнастика (7ч)* Вис стоя и лежа.

~~3. Близкоупрежние упражнения прикладного характера (7ч)~~ Прыжки на скакалке на 1. 2 ногах. с

1. *Беговые упражнения (14ч)*

2. *Прыжковые упражнения(7ч)* Прыжок в длину с места.

3. *Броски большого, метания малого мяча (6ч)* Метание в цель с 4-5 м.

1. *Подвижные игры (8ч)*

2. *Подвижные игры на основе баскетбола (12ч)* Ловля и передача мяча на месте и в движении.

3. *Подвижные игры на основе волейбола (12 ч)* Перемещения. Ходьба и бег по сигналу.

4класс (102 часа в год, 3 ч в неделю)

1. **ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (4ч)**

1. *Подвижные игры (8 ч)*

2. *Подвижные игры на основе баскетбола (12ч)*

3. *Подвижные игры на основе волейбола (12 ч)*

4. *Подвижные игры на основе футбола (7 ч)*

7.Тематическое планирование 1 класс – 99 час.

Кол-во часов	Тема	Характеристика деятельности
5 час.	Знание о физической культуре	
	Физическая культура как система разнообразных форм занятий	Определять и кратко характеризовать физическую

	Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, прыгучесть.	трудовой и военной деятельностью человека
4 час.	Организирующие команды и приемы	

	Развитие координационных способностей. Игра «Пройти бесшумно». Игра «Змейка». Игра «Не ошибись!» Перешагивание через мячи.	разучивании и выполнении
--	--	---------------------------------

		гимнастических упражнений.
6 час	Акробатические упражнения	
	Подтягивание, лежа на животе по гимнастической скамейке.	Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.
7 час.	Снарядная гимнастика	

	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Эстафеты с мячами.	разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
7 час.	Гимнастические упражнения приклад ного характера	
	Ступающий скользящий шаг. Скользящий шаг с палками. Повороты переступанием. Подъем и спуски под склон. Подъем лесенкой. Передвижение на лыжах до 1 км.	Соблюдать правила техники

		безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности
14 час.	Беговые упражнения	
	Ловля передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень) Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Ловля передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.
9 час.	Прыжковые упражнения	

	Подвижная игра «Лисы и куры». Подвижная игра «К своим флажкам». Подвижная игра «Зайцы в огороде».	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.
6 час.	Броски большого, метание малого мяч а	
	Инструктаж по ТБ. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 30 м.	Описывать технику бросков большого набивного мяча.

	Метание малого мяча в цель с 3- 4 метров. Метание набивного мяча из разных положений.	Соблюдать правила техники Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча
12 час.	Лыжные гонки	

	Повороты переступанием на месте. Спуски в основной стойке. Торможение падением.	Выполнять торможение падением; Проходить дистанцию 1,5 км; Кататься на лыжах «змейкой»;
12 час.	Подвижные игры	

	Эстафеты, подвижные игры «К своим «Волк во рву», «Посадка картошки», «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки», «Пятнашки », «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Точный расчет», «Удочка», «Компас».	Моделировать технику выполнения
		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
17час.	Подвижные игры на основе баскетбола	

	Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. Игра в мини-баскетбол. Резервный урок.	Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения. Развивать физические качества
--	--	---

2класс – 102 час.

Кол- во часов	Тема	Характеристика деятельности
5 час.	Знание о физической культуре	

	Правила ТБ при занятиях физической культурой. Организация мест занятий физической культурой, разминка,	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.
	подготовка инвентаря. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	трудовой и военной деятельностью человека
3 час.	Организующие команды и приемы	

	Подвижные игры «Запрещенное движение», «Фигуры», «Светофор».	разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
--	--	---

9 час	Акробатические упражнения	
	Группировка. Сед руки в стороны. Упор присев - упор лежа - упор присев. Стойка на лопатках. Кувырок вперед и в сторону. Игры «Пройти бесшумно», «Космонавты», Название основных гимнастических снарядов.	Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.
8 час.	Снарядная гимнастика	

	Твой организм. Подвижные игры с мячом. Подвижные игры для зала. Командные подвижные игры.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
7 час.	Гимнастические упражнения прикладного характера	

	Перешагивание через набивные мячи. Перелезание через коня, бревно. Гимнастическая полоса препятствий.	упражнений прикладной направленности.
	Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы». «Обезьянки».	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности
14 час.	Беговые упражнения	

	Равномерный медленный бег 8 мин. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег в заданном коридоре. Бег с ускорением (30 м). Бег (60 м). Специально-беговые упражнения. Челночный бег. Преодоление малых препятствий. Бег 1 км без учета времени. Игры и эстафеты с бегом на местности. Эстафеты. Игры «Пятнашки», «Пустое место», «Вызов номеров», «Рыбаки и рыбки», «День и ночь», «Команда быстроногих».	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.
7 час.	Прыжковые упражнения	

	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. Прыжок с высоты (до 40 см). Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. Игры «К своим флажкам», «Прыгающие воробушки». «Волк во рву», «Удочка», «Резиночка». Эстафеты.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.
6 час.	Броски большого, метания малого мяча	

	Эстафеты. Подвижные игры «Защита укрепления», «Кто дальше бросит».	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча
12 час.	Лыжные гонки	

	Спуски в основной стойке. Подъем «лесенкой». Торможение «плугом».	Выполнять торможение падением; Проходить дистанцию 1,5 км; Кататься на лыжах «змейкой»;
11 час.	Подвижные игры	
	«Веребочка под ногами», «Вызов номера», «Западня», «Птица в клетке», «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Точный расчет».	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в

		подвижных играх. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
20 час.	Подвижные игры на основе баскетбола	

	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (мишень, щит, кольцо). Ведение на месте правой (левой)рукой. Игры «Попади в обруч», «Передал - садись», «Мяч - среднему», «Мяч соседу», Эстафеты. Игра в мини-баскетбол. Резервный урок.	Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения. Развивать физические качества
--	--	--

Зкласс – 102 час.

Кол-во часов	Тема	Характеристика деятельности
4 час.	Знания о физической культуре	

	Правила ТБ при занятиях физической культурой. Организация мест занятий физической культурой, разминка,	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими
	Физическое развитие и физическая подготовка. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	трудовой и военной деятельностью человека
6 час.	Акробатические упражнения	

	2-3 кувырка вперед. Мост из положения лежа на спине. Комбинация из разученных элементов Игры «Западня», «Что изменилось?», «Запрещенное движение», «Светофор», «Космонавты».	Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.
7 час	Снарядная гимнастика	

	Акробатика. Варианты выполнения кувырка вперед. Кувырок назад. Кувырки. Стойка на голове. Стойка на руках Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.	Осваивать универсальные умения по
	Прыжки в скакалку Прыжки в скакалку в тройках. Лазанье по канату в три приема. Прыжки в скакалку. Варианты вращения обруча. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
7 час.	Гимнастические упражнения прикладного характера	

	Спортивная одежда. Подвижные игры «Пустое место», «Белые медведи». Подвижная игра «Флаг на башне». Спортивные игры. Подвижные и спортивные игры. Подвижная игра «Перестрелка». Футбольные упражнения в парах. Подвижная игра «Пустое место». Ведение мяча. Подвижная игра «Подвижная цель». Эстафеты с мячом. Командные подвижные игры.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности
14 час.	Беговые упражнения	

	Специально-беговые упражнения. Бег в коридоре с максимальной скоростью. Преодоление препятствий в беге. Челночный бег. Встречная эстафета. Эстафеты с бегом на скорость. Кросс (1 км). Выявление работающих групп мышц Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при
	Понятия «эстафета», «старт», «финиш» Игры «Пустое место», «Белые медведи», «Смена сторон», «Команда быстроногих», «Гуси-лебеди», «Салки», «Рыбаки и рыбки», «Эстафета зверей», «Перебежка с выручкой».	выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.
7 час.	Прыжковые упражнения	

	Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Многоскоки. Правила соревнований в беге, прыжках.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.
6 час.	Броски большого, метания малого мяча	

	Метание в цель с 4-5 м. Метание набивного мяча. Правила соревнований в метании.	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча
12 час.	Лыжные гонки	
	Передвижения на лыжах:	Объяснять назначение понятий и

	Поворот переступанием.	плечо», «под рукой»; Выполнять торможение падением; Проходить дистанцию 1,5 км; Кататься на лыжах «змейкой»;
8 час.	Подвижные игры	

	Эстафеты с предметами и без них. «Кто дальше бросит», «Вызов номеров», «Защита укреплений», «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки», «Вол во рву», «Пустое место», «К своим флажкам».	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
12 час.	Подвижные игры на основе баскетбола	
	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, в квадратах, в круге.	Осваивать технические действия из спортивных игр.

	Броски в цель (щит). Бросок двумя руками от груди. Игры «Передал - садись», «Мяч - среднему», «Борьба за мяч», «Гонка мячей по кругу», «Обгони мяч», «Перестрелка», «Мяч - ловцу», «Не дай мяч водящему», «Мяч соседу». Игра в мини- баскетбол.	Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения. Развивать физические качества
12 час.	Подвижные игры на основе волейбола	

	Перемещения. Ходьба и бег по сигналу. Многократные передачи в стену. Передачи в парах через сетку. Игры «Пионербол», «Мяч в воздухе», «Передал-садись».	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
7 час.	Подвижные игры на основе футбола	
	Ходьба и бег с остановками по сигналу. Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы.	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.

	Тактические действия в защите. Игра Мини-футбол. Резервный урок.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
--	---	--

4класс – 102 час.

Кол- во часов	Тема	Характеристика деятельности
4 час.	Знания о физической культуре	
	Правила ТБ при занятиях физической	Определять и

	культурой. Организация мест занятий	кратко характеризовать физическую
	физической культурой, разминка,	культуру как занятия физическими
	подготовка инвентаря, выбор одежды и	упражнениями, подвижными
	обуви.	и спортивными играми.
	Развитие физической культуры в России.	Выявлять различия в основных
	Современное олимпийское движение.	способах передвижения человека.
	Влияние современного олимпийского	Определять ситуации, требующие
	движения на развитие физической	применения правил предупреждения
	культуры и спорта в России, крае.	травматизма.
	Правила контроля за физической	Определять состав спортивной одежды
	нагрузкой по ЧСС. Физическая нагрузка	в зависимости от времени года и
	и её влияние на повышение частоты	погодных условий
	сердечных сокращений.	трудовой и военной деятельностью человека
6 час.	Акробатические упражнения	

	Перекаты в группировке. Кувырок вперед. 2-3 кувырка вперед слитно. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа. Кувырок назад. Игры «Что изменилось?», «Точный поворот», «Запрещенное движение», «Быстро по местам», «Ползуны», «Западня».	Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.
7 час	Снарядная гимнастика	

	Вис прогнувшись, поднимание ног в висе. Подтягивания в висе. Лазание по канату в три приема. Комбинация на бревне. быстрее мяч», «Лисы и куры», «Веребочка под ногами», «Обезьянки», «Ниточка-иглочка».	разучивании и выполнении гимнастических упражнений.
7 час.	Гимнастические упражнения прикладного характера	

	Переноска партнера в парах. Гимнастическая полоса препятствий. Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении	
	Игры «Аисты», «Резиночка», «Медсанбат».	гимнастических упражнений направленности	прикладной
14 час.	Беговые упражнения		

	Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Бег на скорость (30 м), (60 м). Встречная эстафета. Круговая эстафета. Кросс (1 км) по пересеченной местности. Игры «Смена сторон», «Кот и мыши», «Невод», «Салки на марше», «Охотники и зайцы», «Наступление», «Конники-спортсмены», «Бездомный заяц», «День и ночь», «На буксире», «Через кочки и пенечки».	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.
7 час.	Прыжковые упражнения	

	Прыжок в длину с места. Многоскоки. Тройной прыжок с места. Игры «Зайцы в огороде», «Волк во рву», «Шишки, желуди, орехи», «Прыжок за прыжком».	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.
6 час.	Броски большого, метания малого мяча	
	Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.	Описывать технику бросков большого набивного мяча.

	Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. Бросок набивного мяча. Игры «Невод», Игра «Третий лишний», «Охотники и утки», «Прыжок за прыжком», «Гуси-лебеди».	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча
12 час.	Лыжные гонки	

	Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.	Выполнять торможение падением; Проходить дистанцию 1,5 км; Кататься на лыжах «змейкой»;
8 час.	Подвижные игры	
	Эстафеты с предметами.	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от

		Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
12 час.	Подвижные игры на основе баскетбола	

	Игра в мини-баскетбол. Тактические действия в защите и нападении. Эстафеты с ведением и передачами мяча. Игры «Гонка мячей по кругу», «Подвижная цель», «Овладей мячом», «Снайперы», «Перестрелка».	Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения. Развивать физические качества
12 час.	Подвижные игры на основе волейбола	

	Передача мяча, подброшенного над собой и партнером	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.
	Передача в парах. Передачи в парах через сетку. Игры «Пионербол», «Мяч в воздухе», «Передал-садись». Игра мини-волейбол.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
7 час.	Подвижные игры на основе футбола	

	Тактические действия в защите. Игра Мини-футбол. Резервный урок.	Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.
--	---	---

Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	
--	--

8. Материально-техническое обеспечение адаптированной рабочей программы

- таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;
 (баскетбольные, волейбольные, бадминтонные, настольные теннисные, бильярдные, шахматные, шашечные, компьютерные);
 оборудование для формирования (мишени, перекладины);
 оборудование для прыжков в высоту; для прыжков в длину; для метания;
 оборудование для беговых дорожек, баскетбольные, футбольные),

Учебно-методическое обеспечение

Материально техническое обеспечение образовательного процесса: Лыжи на класс