

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Винзилинская средняя общеобразовательная школа имени Г.С. Ковальчука Тюменского муниципального района**

Рассмотрено на заседании ШМО учителей
технологии, ИЗО, музыки, ОБЗР, ФЗК
№ протокола 1 С.А.Пестерева
«27» августа 2025г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
М.В. Неупокоева
«28» августа 2025г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ Винзилинской
СОШ им.Ковальчука
А.Н. Филоненко
Приказ №111-ОД
«29» августа 2025г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
реализующая АООП для обучающихся с нарушением слуха в условиях общеобразовательного класса

Предмет	Физическая культура
Учебный год	2025-2026
Класс	8
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Учитель: Пестерева С.А.

п. Винзили, 2025 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для детей с нарушением слуха разработана на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;
2. Федеральная образовательная программа основного общего образования (приказ Минпросвещения от 18.05.2023 № 370).
3. Федеральная адаптированная образовательная программа основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (приказ Минпросвещения от 24.11.2022 № 1025).
4. Адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования для обучающихся с ЗПР в условиях общеобразовательного класса МАОУ Винзилинской СОШ им. Ковальчука
5. Учебного плана МАОУ Винзилинской СОШ им. Ковальчука, согласованного на УС Протокол №10 от 29.08.2025г., принятого на ПС протокол №1 от 29.08.2025г., утверждённого приказом директора №111-ОД от 29.08.2025г.

1. Общие цели основного общего образования с учётом специфики учебного предмета

Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования. Как следствие, каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели. *Цель учебного предмета* «Физическая культура» - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Учебный предмет «Физическая культура» в основной школе строится так, чтобы были решены следующие задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

2. Общая характеристика учебного предмета

Основные формы организации образовательного процесса в основной школе — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия). Уроки физической культуры — это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета. В основной школе уроки физической культуры подразделяются на три типа: уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью. При этом уроки по своим задачам и направленности учебного материала могут планироваться как комплексные (с решением нескольких педагогических задач) и как целевые (с преимущественным решением одной педагогической задачи). Уроки с образовательно-познавательной направленностью дают учащимся необходимые знания, знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по их планированию, проведению и контролю. Важной особенностью этих уроков является то, что учащиеся активно используют учебники по физической культуре, различные дидактические материалы (например, карточки) и методические разработки учителя. Уроки с образовательно-познавательной направленностью имеют и другие особенности.

Во-первых, продолжительность подготовительной части уроков небольшая (до 5—6 мин), в нее включаются как ранее разученные тематические комплексы упражнений (например, для развития гибкости, координации движений, формирования правильной осанки), так и упражнения общеразвивающего характера, содействующие повышению работоспособности, активности процессов внимания, памяти и мышления. Учебная деятельность в этой части урока может быть организована фронтально, по учебным группам, а также индивидуально (или с небольшой группой школьников).

Во-вторых, в основной части урока выделяют соответственно образовательный и двигательный компоненты. Образовательный компонент включает в себя постижение детьми учебных знаний и знакомство со способами физкультурной деятельности. В зависимости от объема учебного материала продолжительность этой части урока может быть от 3 до 15 мин. Двигательный компонент включает в себя обучение двигательным действиям и развитие физических качеств учащихся. Продолжительность этой части урока будет зависеть от времени, требующегося на решение задач, запланированных в образовательном компоненте. Между образовательным и двигательным компонентами основной части урока необходимо включать обязательную разминку (до 5—7 мин), которая по своему характеру должна соотноситься с задачами двигательного компонента. Вместе с тем если урок проводится по типу целевого урока, то все учебное время основной части отводится на решение соответствующей педагогической задачи.

В-третьих, продолжительность заключительной части урока зависит от продолжительности основной части, но не превышает 5—7 мин. Уроки с образовательно-обучающей направленностью используются по преимуществу для обучения практическому материалу, который содержится в разделе «Физическое совершенствование» (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика и др.). На этих же уроках учащиеся осваивают и учебные знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, названия упражнений, описание техники их выполнения и т. п.). В основной школе данный вид уроков проводится по типу комплексных уроков с решением нескольких педагогических задач.

Отличительные особенности планирования этих уроков:

— планирование задач обучения осуществляется в логике поэтапного формирования двигательного навыка, начальное обучение, углубленное разучивание и закрепление, совершенствование;

— планирование освоения физических упражнений согласовывается с задачами обучения, а динамика нагрузки с закономерностями постепенного нарастания утомления, возникающего в процессе их выполнения;— планирование развития физических качеств осуществляется после решения задач обучения в определенной последовательности: 1) гибкость, координация движений, быстрота; 2) сила (скоростно-силовые и собственно силовые способности); 3) выносливость (общая и специальная). Уроки с образовательно-тренировочной направленностью используются для развития физических качеств и проводятся в рамках целенаправленной физической подготовки.

В основной школе такие уроки проводятся преимущественно как целевые уроки и планируются на основе принципов спортивной тренировки:

во-первых, с соблюдением соотношения объемов тренировочной нагрузки в общей и специальной подготовке;

во-вторых, с системной цикловой динамикой повышения объема и интенсивности нагрузки; в-третьих, с ориентацией на достижение конкретного результата в соответствующем цикле тренировочных уроков. Помимо целевого развития физических качеств, на этих уроках необходимо сообщать школьникам соответствующие знания, формировать у них представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Кроме этого, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью учащихся обучают способам контроля величины и функциональной направленности физической нагрузки, а также способам ее регулирования в процессе выполнения учебных заданий.

Отличительные особенности целевых уроков:

— обеспечение постепенного нарастания величины физической нагрузки в течение всей основной части урока;— планирование относительно продолжительной заключительной части урока (до 7–9 мин);— использование в качестве основных режимов нагрузки развивающего (пульс до 160 уд./мин) и тренирующего (пульс свыше 160 уд./мин) режимов;

— обеспечение индивидуального (дифференцированного) подбора учебных заданий, которые выполняются учащимися самостоятельно на основе контроля частоты сердечных сокращений и индивидуального самочувствия. В целом каждый из типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности должен активно включать школьников в различные формы самостоятельной деятельности (самостоятельные упражнения и учебные задания). При этом приобретаемые учащимися на уроках знания и умения должны включаться в систему домашних занятий, при выполнении которых они закрепляются.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане школы

В учебном плане МАОУ Винзилинской СОШ им. Ковальчука на изучение учебного предмета «Физическая культура» отводится 68 часов из расчета 2 учебных часа в неделю.

4. Описание ценностных ориентиров учебного предмета.

Основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать со знание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности примерная программа включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операционный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

Раздел «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры и ее развитие в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». Эти темы включают сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе, о формах организации активного отдыха и укрепления

здоровья средствами физической культуры. Кроме этого, здесь раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки, особенности организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, даются правила контроля и требования техники безопасности.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя темы «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой». Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений.

Раздел «Физическое совершенствование», наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя несколько тем: «Физкультурно-оздоровительная деятельность», «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», «Прикладно-ориентированные упражнения» и «Упражнения общеразвивающей направленности».

Тема «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья учащихся. Здесь даются комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания, помогающие коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, которые адресуются в первую очередь школьникам, имеющим отклонения в физическом развитии и в состоянии здоровья.

Тема «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью» ориентирована на физическое совершенствование учащихся и включает в себя средства общей физической и технической подготовки. В качестве таких средств в программе предлагаются физические упражнения и двигательные действия из базовых видов спорта (гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжных гонок, спортивных игр). Овладение упражнениями и действиями базовых видов спорта раскрывается в программе с учетом их использования в организации активного отдыха, массовых спортивных соревнований.

Тема «Прикладно-ориентированные упражнения» поможет подготовить школьников к предстоящей жизни, качественному освоению различных профессий. Решение этой задачи предлагается осуществить посредством обучения детей жизненно важным навыкам и умениям различными способами, в вариативно изменяющихся внешних условиях. Данная тема представляется весьма важной для школьников, которые готовятся продолжать свое образование в системе средних профессиональных учебных заведений.

Тема «Упражнения общеразвивающей направленности» предназначена для организации целенаправленной физической подготовки учащихся и включает в себя физические упражнения на развитие основных физических качеств. Эта тема, в отличие от других учебных тем, носит лишь относительно самостоятельный характер, поскольку ее содержание должно входить в содержание других тем раздела «Физическое совершенствование». В связи с этим предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и сгруппированы по признаку направленности на развитие соответствующего физического качества (силы, быстроты, выносливости и т. д.). Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими упражнений, условий проведения уроков, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

При планировании учебного материала по базовым видам спорта допускается в бесснежных районах РФ заменять освоение темы «Лыжные гонки» углубленным изучением содержания других тем.

В свою очередь, тему «Плавание» можно вводить в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы по решению местных органов управления образованием за счет регионального или школьного компонента.

В «Тематическом планировании» излагаются темы основных разделов программы и приводится характеристика деятельности учащихся. Данная характеристика ориентирует учителя на те результаты педагогического процесса, которые должны быть получены как итог освоения содержания учебного курса.

5. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные, метапредметные и предметные результаты усвоения учебного предмета.

Общие положения Планируемые результаты освоения адаптированной основной образовательной программы основного общего образования (АООП ООО) представляют собой систему ведущих целевых установок и ожидаемых результатов освоения всех компонентов, составляющих содержательную основу образовательной программы.

Планируемые результаты обеспечивают связь между требованиями ФГОС ООО, образовательным процессом МАОУ Винзилинская СОШ имени Г.С.Ковальчука» и системой оценки результатов освоения обучающимися основной общеобразовательной программы основного общего образования в соответствии с требованиями Стандарта; выступают содержательной и критериальной основой для разработки программ учебных предметов, курсов, учебно-методической литературы, программ воспитания и социализации, с одной стороны, и системы оценки результатов – с другой.

В соответствии с требованиями ФГОС ООО система планируемых результатов – личностных, метапредметных и предметных – устанавливает и описывает классы учебнопознавательных и учебно-практических задач, которые осваивают учащиеся в ходе обучения, особо выделяя среди них те, которые выносятся на итоговую оценку, в том числе государственную итоговую аттестацию выпускников. Успешное выполнение этих задач требует от учащихся овладения системой учебных действий (универсальных и специфических для каждого учебного предмета: регулятивных, коммуникативных, познавательных) с учебным материалом и, прежде всего, с опорным учебным материалом, служащим основой для последующего обучения.

В соответствии с реализуемой ФГОС ООО деятельностной парадигмой образования система планируемых результатов строится на основе уровневого подхода: выделения ожидаемого уровня актуального развития большинства обучающихся и ближайшей перспективы их развития. Такой подход позволяет определять динамическую картину развития обучающихся, поощрять продвижение обучающихся, выстраивать индивидуальные траектории обучения с учетом зоны ближайшего развития ребенка.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их

возрастным и половым нормативам;

- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно со-хранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических

действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест

занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

6. Содержательный раздел

Знания о физической культуре

Содержание Программы строится по модульной системе обучения, с учетом региональных особенностей, условий образовательной организации, а также с учетом вовлечения обучающихся с нарушением состояния здоровья.

Психолого-педагогическая характеристика слабослышащих и позднооглохших обучающихся (вариант 2.2.1)

– Нарушение слуха – потеря способности человеческого организма обнаруживать все частоты или различать звуки с низкой амплитудой. Различают врожденное или приобретенное, полное (глухота) или частичное (тугоухость) нарушение слуха.

– Слух играет большую роль в интеллектуальном и речевом развитии ребенка. Ребенок с сохранным слухом слышит речь взрослых, подражает ей и учится самостоятельно говорить. Слушая объяснения взрослого, малыш знакомится с окружающим миром, овладевает сложным познанием действительности, усваивает значения многих слов. С помощью слуха он может контролировать собственную речь и

сравнивать с речью окружающих, так он усваивает не только правильное звукопроизношение, но и лексико-грамматические средства языка. В дальнейшем сохраненный физический слух является необходимым условием для овладения чтением и письмом.

- В зависимости от речевого развития выделяют 2 группы слабослышащих детей:

- ♦ слабослышащие, которые обладают относительно развитой речью с небольшими недостатками (нарушения в звукопроизношении, отклонения в грамматическом строе речи);

- ♦ слабослышащие с глубоким недоразвитием речевой функции (фразы короткие, неправильно построенные, отдельные слова сильно искажены и т.д.).

- По состоянию слуха различают детей слабослышащих (страдающих тугоухостью) и глухих.

- Тугоухость — стойкое понижение слуха, вызывающее затруднения в восприятии речи. Тугоухость может быть выражена в различной степени — от небольшого нарушения восприятия шепотной речи до резкого ограничения восприятия речи разговорной громкости. Детей с тугоухостью называют слабослышащими детьми.

- Глухота — наиболее резкая степень поражения слуха, при которой разборчивое восприятие речи становится невозможным. Глухие дети — это дети с глубоким, стойким двусторонним нарушением слуха, приобретенным в раннем детстве или врожденным.

- Внутри каждой из этих групп возможно различное понижение слуха. Наиболее выражены эти различия при тугоухости. Так один слабослышащий ребенок может слышать речь разговорной громкости на расстоянии 4—6 метров и более и испытывать затруднения при восприятии шепота, который он может слышать, например, только ушной раковиной. Другой слабослышащий ребенок с трудом воспринимает хорошо знакомые слова, произнесенные голосом разговорной громкости у самого уха.

- Потеря слуха лишает ребенка важного источника информации и ограничивает тем самым процесс его интеллектуального развития. Однако эти недостатки в значительной мере могут быть компенсированы применением специальных методов и технических средств в обучении. – Выделяют следующие группы детей с недостатками слуха:

- 1. Не слышащие – дети с полным отсутствием слуха, который не может использоваться для накопления речевого запаса. Эта группа разделяется на подгруппы: не слышащие без речи (дети, родившиеся глухими или потерявшие слух в возрасте до 2–3 лет, до формирования речи) и не слышащие, потерявшие слух, когда речь практически была сформирована – у таких детей необходимо предохранять речь от распада, закреплять речевые навыки.

- 2. Слабослышащие – дети с частичной слуховой недостаточностью, затрудняющей речевое развитие.

- Нарушение слуха непосредственно влияет на речевое развитие ребенка и оказывает опосредованное влияние на формирование памяти, мышления. Что же касается особенностей личности и поведения, не слышащего и слабослышащего ребенка, то они не являются биологически обусловленными и при создании соответствующих условий поддаются коррекции в наибольшей степени.

- Значительную часть знаний об окружающем мире нормально развивающийся ребенок получает через слуховые ощущения и восприятия. Не слышащий ребенок лишен такой возможности, или они у него крайне ограничены. Это затрудняет процесс познания и оказывает отрицательное влияние на формирование других ощущений и восприятий. В связи с нарушением слуха особую роль приобретает зрение, на базе которого развивается речь ребенка. Очень важными в процессе познания окружающего мира становятся двигательные, осязательные, тактильновибрационные ощущения.

- Таким образом, слабослышащие и позднооглохшие обучающиеся - это неоднородная по составу группа детей, включающая:

- слабослышащих и позднооглохших обучающихся, которые достигают к моменту поступления в школу уровня общего и речевого развития, близкого возрастной норме, чему способствует ранняя комплексная медико

- психолого-педагогическая помощь и качественное дошкольное образование, имеют положительный опыт общения со слышащими сверстниками, могут при специальной психолого – педагогической помощи получать образование, сопоставимое по конечным достижениям с образованием слышащих нормально развивающихся сверстников, находясь в их среде и в те же календарные сроки;

- слабослышащих и позднооглохших обучающихся, не имеющих дополнительных ограничений здоровья, препятствующих получению образования, сопоставимого по итоговым достижениям с образованием слышащих сверстников, но в пролонгированные календарные сроки, обучаясь по варианту АООП НОО, соответствующего их возможностям и особым образовательным потребностям;

- слабослышащих и позднооглохших обучающихся с дополнительными ограничениями здоровья (интеллектуальными нарушениями), которые могут получить образование на основе варианта АООП НОО, соответствующего их возможностям и особым образовательным потребностям, которое осуществляется в пролонгированные сроки, по содержанию и итоговым достижениям не соотносится с содержанием итоговыми достижениями слабослышащих и позднооглохших сверстников, не имеющих дополнительные ограничения здоровья;

- слабослышащих и позднооглохших обучающихся с умственной отсталостью (умеренной, тяжелой, глубокой), тяжелыми и множественными нарушениями развития), которые получают образование по адаптированной основной образовательной программе для глухих (вариант 1.4.) или для детей с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата.

На основе адаптированной основной образовательной программы разрабатывается специальная индивидуальная программа развития, учитывающая общие и специфические образовательные потребности каждого обучающегося. АООП для слабослышащих и позднооглохших обучающихся могут быть эффективны и для глухих детей, которые к моменту поступления в школу уже владеют фразовой речью и воспринимают на слух с индивидуальными слуховыми аппаратами хорошо знакомый речевой материал.

Основные направления коррекционной работы:

- обогащение словарного запаса; - развитие и совершенствование грамматического оформления связной речи;
- развитие психических и познавательных процессов;
- формирование полноценных учебных умений: - планирование предстоящей деятельности, принятие учебной задачи, активное осмысление материала;
- контроль за ходом своей деятельности (от умения работать с образцами до умения пользоваться специальными приёмами самоконтроля);
- работать в определённом темпе;
- применение знаний в новых ситуациях; - анализ, оценка продуктивности собственной деятельности
- развитие и совершенствование коммуникативной готовности к обучению:
- умения внимательно слушать и слышать учителя, не переключаясь на посторонние воздействия;
- подчинять свои действия его инструкциям;
- умения целенаправленно и последовательно выполнять учебные действия и адекватно реагировать на контроль и оценки учителя;
- формирование коммуникативных умений и навыков, адекватных ситуации учебной деятельности;
- ответы на вопросы в точном соответствии с инструкцией, заданием; - соблюдение речевого этикета при общении.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Раздел «Способы деятельности» соотносится с представлениями о существе предметной деятельности и раскрывает основы ее содержания и организации: планирование, регулирование и контроль. Этот раздел ориентирует деятельность учителя на развитие самостоятельности учащихся, привитие навыков и умений в выполнении комплексов упражнений оздоровительной и корригирующей гимнастики, организации занятий оздоровительной направленности. Освоение предметного содержания данного раздела в единстве с другими разделами настоящей программы позволяет учителю также успешно решать многие организационные и методические вопросы, непосредственно возникающие в процессе учебной деятельности на уроках физической культуры.

Физическое совершенствование

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на укрепление здоровья учащихся, их гармоничное физическое развитие и всестороннюю физическую подготовленность. Данный раздел включает в себя комплексы оздоровительной и корригирующей гимнастики, общей физической подготовки, а также упражнения по видам спорта (гимнастика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры). В зависимости от медицинских показаний и функциональных возможностей организма, связанных в том числе и с периодом полового созревания, программой предусматривается возможность комбинировать учебный материал разных тематических разделов. При этом его планирование целесообразно начинать с освоения учащимися упражнений оздоровительной и корригирующей гимнастики, т. е. упражнений, ориентированных на повышение функциональной активности систем организма, ослабленных болезнью. Затем осуществляют постепенное добавление упражнений общей физической подготовки и в первую очередь тех упражнений, которые дают возможность «подтянуть» физические качества, отстающие в своем возрастном развитии. Осуществляя планирование программного материала, необходимо отметить, что содержание подраздела «Оздоровительная и корригирующая гимнастика» по своему предметному составу и функциональной направленности во многом обеспечивает уровень физической подготовленности учащихся с нарушением слуха, необходимый для освоения большинства новых упражнений и технических действий базовых видов спорта. Постепенное введение упражнений физической подготовки должно сочетаться с обязательным контролем функционального состояния организма школьников, их самочувствия и настроения.

Вместе с тем, несмотря на то, что содержание программы в своей основе нацеливает на всестороннее физическое развитие и повышение физической подготовленности учащихся, в ней тем не менее представлен достаточно большой объем материала, связанный с обучением новым двигательным действиям. В отличие от других образовательных программ многие из этих двигательных действий, особенно с относительно сложной биомеханической структурой, представлены «поэлементно», что позволяет качественно их осваивать по мере достижения учащимися необходимой физической готовности.

Основу содержания программного материала физической подготовки составляют упражнения и технические действия из базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры.

Помимо содержания учебного материала, предлагаемого к освоению учащимися, в настоящей программе даются требования к уровню их непосредственной подготовки по предмету «Физическая культура». Данные требования согласовываются с требованиями Государственного стандарта и дают основания для соответствующей аттестации учащихся с нарушением слуха по образовательной области «Физическая

культура». В настоящей программе требования представлены для каждой возрастной группы, но если тот или иной учащийся по медицинским показаниям не может их выполнить в текущем году, то эти требования (или те из них, которые не выполнены) могут быть перенесены на следующий учебный год. Вместе с тем при итоговой аттестации, т. е. при окончании основной ступени образования, учащиеся должны выполнять не менее 70% требований, обозначенных в настоящей программе.

7. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

8 КЛАСС

№ п/п	Тема	Количество часов	Основные виды деятельности	ЦОР
1.	Правила безопасности при занятиях спортом. Первичный инструктаж безопасного поведения на уроках по легкой атлетике	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • актуализируют имеющиеся теоретические знания; • выполняют бег на месте и с продвижением; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7130/main/
2.	Комплекс ОРУ на укрепление осанки. Легкий бег 30-40 м по узкой дорожке шириной 1,5-2 м	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на укрепление осанки; • выполняют бег на короткие дистанции; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • прогнозируют трудности, которые	https://uchebnik.mos.ru/app_player/406146

			могут возникнуть при решении спортивной задачи; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
3.	Высокий старт. Достижение современных спортсменов на Олимпийских играх	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют высокий старт; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2425224/view
4.	Высокий старт. Финиширование. По этапное развитие физической культуры в России	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют высокий старт; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2425224/view
5.	Ходьба приставными шагами и по прямой	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2425224/view

	до 40-50 м. Бег в различном темпе, с поворотами и выполнением заданий по сигналу. Бег на скорость до 60 м с высокого и низкого старта. Игра на развитие координации.		осуществить план; • выполняют ходьбу приставными шагами и по прямой; • выполняют бег на короткие дистанции; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
6.	Бег в сочетании с ходьбой в парах. Комплекс ОРУ на развитие гибкости. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание малого мяча на дальность с места, с шага, с трех шагов.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют упражнения на развитие гибкости; • выполняют прыжки в длину с места и с разбега; • метают малый мяч на дальность с места, с шага и с трёх шагов ; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1735204/view
7.	Ходьба с согласованным движением рук и ног. Специальные беговые задания. Прыжок в длину с	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют метание малого мяча в	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7160/conspet/

	места на заданное расстояние. Метание малого мяча в вертикальную, мишень, правой и левой рукой.		вертикальную мишень; • выполняют специальные беговые задания; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
8.	Бег 400 м, в сочетании с ходьбой. Свободный бег 200 м. Бег 60 м на технику выполнения с низкого старта.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют бег на короткие и средние дистанции; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3933/con spect/
9.	Бег 500 м, в сочетании с ходьбой. Свободный бег 200 м. Бег 60 м на технику выполнения с низкого старта.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют бег на короткие и средние дистанции; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • объясняют причины успеха (неудач)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/star t/22/

			в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
10	Игровой урок. Развитие выносливости средствами легкой атлетики.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполнять поручения; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила техники безопасности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3955/consp/ct/
11	Правила техники безопасности на занятиях по адаптивным спортивным и подвижным играм. Адаптивные игры. Техника безопасности на занятиях спортивными	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: броски и передачу мяча в парах;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/main/

	играми. Правила игры в баскетбол. Стойка игрока.		• выполняют тактические действия игровых видов спорта: индивидуальные, групповые и командные действия в защите и нападении, применяют их в игровой и соревновательной деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
12	Броски мяча в парах. Перемещение игроков по площадке с выполнением броска. Выполнения основных игровых элементов: стойка игрока, передача мяча, остановка мяча.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: броски мяча в парах, перемещение игроков по площадке с выполнением броска; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполнять поручения; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3211/main/
13	Перекачивание мяча в парах по диагонали. Техника выполнения основных игровых элементов: стойка	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют контрольно-практическую работу; • выполняют технические элементы	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2008733/view

	игрока, передача мяча, остановка мяча. Учебная игра в баскетбол.		игровых видов спорта: передача, броски и остановки мяча; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники безопасности; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей.	
14	Комплекс упражнений на силу мышц туловища. Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол на результат.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполняют поручения; • выполняют комплекс упражнений на силу мышц туловища; • играют в баскетбол на результат; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1834071/view
15	Комплекс упражнений на ловкость. Игра в баскетбол на результат.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5582/main/226050/

			• пишут терминологический диктант; • работают на тренажёрах; • организуют самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
16	Комплекс упражнений на координацию. Игра в баскетбол на результат.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • пишут терминологический диктант; • работают на тренажёрах; • организуют самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/consp/ct/
17	Ведение мяча с изменением скорости передвижения	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план;	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-8789779

			• осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: броски мяча в парах, перемещение игроков по площадке с выполнением броска; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполнять поручения; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения	
18	Техника безопасности и правила поведения на занятиях. Игра на координацию.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют строевые упражнения на месте и в движении; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • прогнозируют последствия своих решений и действий; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1659327/view

19	Строевые упражнения на месте, в движении.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют строевых упражнения; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • прогнозируют последствия своих решений и действий; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7160/main/
20	Достижения российских гимнастов с использованием бумажного носителя. Комплекс ОРУ на развитие гибкости. Ходьба по гимнастической скамейке широкими шагами и с поворотом кругом.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ и ходьбу по гимнастической скамейке; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/9/
21	ОРУ на развитие координационных способностей. Ходьба по бревну высотой до 60 см. Подвижная игра на	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют последствия своих	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4018/concept/

	внимание.		решений и действий; • выполняют ОРУ и ходьбу по бревну; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
22	ОРУ на развитие гибкости и правильной осанки. Комплекс гимнастических упражнений на шведской стенке. Подвижная игра на внимание.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют ОРУ и передвижение по гимнастическому бревну различными способами; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/star t/
23	Комплекс ОРУ на развитие силовых способностей. Строевые упражнения.. Подвижная игра на развитие гибкости.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • выполняют ОРУ и повороты; • прогнозируют последствия своих решений и действий; • соблюдают правила безопасности	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2583374/view

			при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
24	ОРУ на развитие гибкости. Наклоны на гимнастическом бревне вперёд и назад, вправо и влево, в основной и широкой стойке с изменяющимся положением рук.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют ОРУ и упражнения в равновесии на гимнастическом бревне; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • выполняют физическую страховку и самостраховку; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2583902/view
25	ОРУ на развитие координационных способностей. Строевые упражнения на месте, в движении. Подвижная игра на развитие ловкости.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют ОРУ, строевые упражнения и соскоки с гимнастического бревна; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • прогнозируют последствия своих решений и действий; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей; • соблюдают правила безопасности	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2583902/view

			при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
26	ОРУ на развитие силовых способностей. Строевые упражнения. Гимнастическая комбинация на бревне из ранее изученных элементов. Подвижная игра на развитие координации.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют ОРУ на развитие силовых способностей; • выполняют контрольно-практическую работу; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники безопасности; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей.	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11115930
27	ОРУ на развитие гибкости. Захват палки ногами, сидя на гимнастической скамейке (палка одним концом на полу, другой конец в руках). Подвижная игра на внимание.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • выполняют ОРУ и захват палки ногами, сидя на гимнастической скамейке; • выполняют физическую страховку и самостраховку; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда,	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11119440

			находят возможности и способы их улучшения.	
28	ОРУ на развитие правильной осанки. Захват палки ногами. Качание на канате при захвате его ногами и руками. Подвижная игра на развитие координации.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют ОРУ, захват палки ногами и качание на канате при захвате его ногами и руками; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения..	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11119440
29	ОРУ в парах. Строевые упражнения. Качание на канате при захвате его ногами и руками. Перемещение ног по канату вверх с перехватом рук. Подвижная игра на внимание.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • выполняют ОРУ в парах, строевые упражнения и перемещение ног по канату вверх с перехватом рук; • выполняют физическую страховку и самостраховку; • соблюдают правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11115930
30	Правила техники безопасности на	1	• актуализируют имеющиеся	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11115930

	занятиях по адаптивным и подвижным играм. Адаптивные игры. Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Правила игры в баскетбол.. Стойка игрока.		теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: броски и передачу мяча в парах; • выполняют тактические действия игровых видов спорта: индивидуальные, групповые и командные действия в защите и нападении, применяют их в игровой и соревновательной деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	t-11119440
31	Остановка шагом и прыжком	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: броски мяча в парах, перемещение игроков по площадке с выполнением броска; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполнять поручения; • соблюдают правила безопасности	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2583902/view

			при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
32	Передачи мяча одной рукой от плеча в парах	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют контрольно-практическую работу; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: передача, броски и остановки мяча; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники безопасности; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей.	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11088536
33	Передачи мяча двумя руками от груди. Учебная игра в баскетбол.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполняют поручения; • выполняют комплекс упражнений на силу мышц туловища; • играют в баскетбол на результат; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2008733/view

			при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
34	Биатлон как вид спорта, технические элементы биатлона Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки. Профилактика обморожений и травм. История лыжного спорта.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • отвечают на вопросы по теме урока; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2050118/view
35	Значение лыжной подготовки в труде и обороне. Основные правила соревнований. Одежда, обувь и лыжный инвентарь. Самостоятельное прикрепление и снятие лыж с жесткими и автоматическими креплениями. Вспомогательные упражнения: толчок палками при спуске; спуск вдвоём.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • самостоятельно прикрепляют и снимают лыжи; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения..	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3213/main/
36	Одежда, обувь и лыжный инвентарь.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3807/additio

	Совершенствование навыка в самостоятельном прикреплении и снямания лыж. Самостоятельное прикрепление и снямание лыж с жесткими и автоматическими креплениями.		• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • совершенствуют навык самостоятельного прикреплении и снятия лыж; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	nal/169461/
37	Самостоятельное прикрепление и снямание лыж с автоматическими креплениями. Передвижение на лыжах в колонне по одному.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют контрольно-практическую работу; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники безопасности; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/2224067/view
38	Элементы техники лыжных ходов: одновременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах в колонне по	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют элементы техники	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5648/start/226130/

	одному.		лыжных ходов (одновременный двухшажный ход); • сравнивают полученные результаты с исходной задачей; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
39	Элементы техники лыжных ходов: одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Передвижение на лыжах в колонне по одному.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют передвижения на лыжах одновременным двухшажным и бесшажным ходом; • выполняют передвижение на лыжах в колонне по одному, ориентируясь на голос лидера; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3755/conspеct/43583/
40	Элементы техники лыжных ходов: одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Совершенствование попеременного двухшажного хода.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • выполняют передвижения на лыжах одновременным двухшажным и бесшажным ходом; • совершенствуют выполнение	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5648/start/226130/

			попеременного двухшажного хода; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения..	
41	Одновременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах бесшажным ходом в колонне по одному. Прохождение дистанции до 500 м – мальчики.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют передвижения на лыжах бесшажным ходом; • выполняют переходы с хода на ход в зависимости от рельефа местности и состояния лыжной трассы; • прогнозируют последствия своих решений и действий; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения. •	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3764/main/
42	Совершенствование попеременного двухшажного хода. Передвижение на лыжах в колонне по одному произвольным способом.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • совершенствуют выполнение бесшажного хода; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3455/main/

			оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
43	Совершенствование бесшажного хода. Передвижение на лыжах в колонне по одному.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют передвижение на лыжах в колонне по одному, ориентируясь на голос лидера; • выполняют повороты «переступанием» на месте; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/5728/start/
44	Совершенствование бесшажного хода. Передвижение на лыжах в колонне по одному. Повороты «переступанием» на месте.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • выполняют передвижение на лыжах в колонне по одному, ориентируясь на голос лидера; • выполняют повороты «переступанием» на месте и в движении; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/start/
45	Повороты «переступанием» на месте и в движении.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/173

	Прохождение дистанции до 500 м – мальчики.		достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют повороты «переступанием» на месте и в движении; • проходят определённую дистанцию, ориентируясь на голос лидера; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения. •	0722/view
46	Повороты «переступанием» в движении. Совершенствование бесшажного хода.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют повороты «переступанием» в движении; • совершенствуют бесшажный ход; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения. •	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1730722/view
47	Прохождение дистанции до 40 м бесшажным способом передвижения на лыжах. Передвижение на лыжах в колонне по	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при выполнении спортивной задачи;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7140/start/

	одному произвольным способом.		• проходят дистанцию до 40 м бесшажным ходом; • выполняют передвижения на лыжах в колонне по одному, ориентируясь на голос лидера; • соблюдают правила безопасности при занятиях зимними видами спорта; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения. •	
48	Прохождение дистанции до 40 м бесшажным способом передвижения на лыжах. Самостоятельная ходьба на учебной лыжне.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • проходят дистанцию до 40 м бесшажным ходом ; • самостоятельно передвигаются по учебной лыжне; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники безопасности; • сравнивают полученные результаты с исходной задачей. •	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7453/main/
49	Правила техники безопасности на занятиях по адаптивным спортивным и подвижным играм. Адаптивные игры.	1	• актуализируют имеющиеся теоретические знания по теме урока; • формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • согласовывают способы достижения	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/consp ect/

	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Правила игры в волейбол. Стойка игрока.		общего результата в игровой деятельности; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: передачу мяча в парах. • выполняют тактические действия игровых видов спорта: индивидуальные, групповые и командные действия в защите и нападении, применяют их в игровой и соревновательной деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
50	Стойка игрока. Техника передвижений по площадке	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5648/start/226130/
51	Техника приема мяча снизу двумя руками	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: приема мяча и	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3755/consp/ct/

			ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
52	Техника приема мяча сверху двумя руками	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: приема мяча и ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3764/main/
53	Передачи мяча в парах	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: передачу мяча и ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения	https://www.resh.edu.ru/subject/lesson/3200/start/

			общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
54	Передачи мяча в парах через сетку	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: передачу мяча и ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/consp/ct/
55	Техника нижней прямой подачи	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: нижней прямой подачи и ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1730722/view

			при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
56	Совершенствование подачи мяча	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: подачи мяча и ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/main/326626/
57	Учебная игра в пионербол с элементами волейбола	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют контрольно-практическую работу; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: прием, передача и подача мяча; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/conspet/262700/

			безопасности; сравнивают полученные результаты с исходной задачей.	
58	Совершенствование техники приема мяча сверху	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на развитие координационных способностей; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: приема мяча и ориентирование на площадке; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/consp/ct/262700/
59	Учебная игра в волейбол	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют контрольно-практическую работу; • выполняют технические элементы игровых видов спорта: прием, передача и подача мяча; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения; • соблюдают правила техники безопасности;	https://www.resh.edu.ru/subject/lesson/4780/start/

			сравнивают полученные результаты с исходной задачей.	
60	Первичный инструктаж безопасного поведения на уроках по легкой атлетике и подвижным играм. Развитие координации движений при беге: работа рук, ног в сочетании с дыханием. Бег на месте и с продвижением, с высоким подниманием бедра.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • актуализируют имеющиеся теоретические знания; • выполняют бег на месте и с продвижением; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5522/consp/ct/
61	Ходьба по одному и по два. Бег на месте и с продвижением: приставными шагами на счет.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют низкий старт; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4039/main/170232/
62	Игровой урок. Развитие быстроты и ловкости в	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7147/start/

	подвижных играх, эстафетах с предметами.		осуществить план; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • распределяют роли в совместной игровой деятельности, проявляют готовность быть лидером и выполнять поручения; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • соблюдают правила техники безопасности; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
63	Современное олимпийское движение. Комплекс ОРУ на укрепление осанки. Легкий бег 30-40 м по узкой дорожке шириной 1,5 – 2 м.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ на укрепление осанки; • выполняют бег на короткие дистанции; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • прогнозируют трудности, которые могут возникнуть при решении спортивной задачи; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1158158/view
64	Бег 500 м, в сочетании с ходьбой. Комплекс ОРУ на укрепление	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся	https://uchebnik.mos.ru/composer3/lesson/1158158/view

	осанки. Свободный бег 200 м. Бег 60 м на технику выполнения с низкого старта.		осуществить план; • выполняют бег на короткие и средние дистанции; • осуществляют контроль результата и процесса спортивной деятельности; • объясняют причины успеха (неудач) в деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
65	Игровой урок. Развитие выносливости и ловкости в подвижных играх и эстафетах. Прыжки, многоскоки в играх.	1	• соблюдают правила безопасности при занятиях спортивными играми; • формулируют учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • согласовывают способы достижения общего результата в игровой деятельности; • осуществляют взаимный контроль в совместной игровой деятельности, оценивают свой вклад в общее дело; • проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	https://uchebnik.mos.ru/material/atomic_object-11034738
66	Ходьба приставными шагами и по прямой до 40-50 м. Бег в различном темпе, с поворотами и выполнением заданий по сигналу. Бег на скорость до	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют ходьбу приставными шагами и по прямой; • выполняют бег на короткие дистанции;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7443/concept/

	60 м с высокого и низкого старта. Игра на развитие координации.		• осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	
67	Комплекс ОРУ. Бег в парах, различные виды ходьбы. Легкоатлетическая эстафета. Бег на скорость по дистанции 60 м с низкого старта. Игра на развитие координации.	1	• формулируют тему урока и учебную задачу, выбирают возможные способы ее достижения, планируют деятельность и стремятся осуществить план; • выполняют комплекс ОРУ; • выполняют бег в парах и бег на короткие дистанции; • прогнозируют последствия своих решений и действий; • осуществляют контроль результата в процессе спортивной деятельности; • соблюдают правила безопасности при выполнении легкоатлетических упражнений; • анализируют и объективно оценивают результаты собственного труда, находят возможности и способы их улучшения.	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7139/start/262024/
68	Промежуточная аттестация.	1		
Количество часов по программе:		68 ч		

8. Описание учебно - методического и материально-технического обеспечения

1. Лях В.И. Физическая культура: учебник для 5-7 кл. - М.: Просвещение, 2013.
2. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. 1-5 классы / Н.И. Дереклеева. – М. : ВАКО , 2004. – 152 с.
3. Тригер, Р.Д. Физическая культура. Программа // Программы для специальных общеобразовательных школ и классов VII вида. Начальные классы 1-4. М.: Парадигма, 2012.
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (Приказ Министерства образования РФ от 19 .12.2014г. №1598)
5. Астафьева В.М. Социальная адаптация детей с нарушением слуха на основе верботонального метода. - М.: АПК и ПРО, 2000. - 100с. 2. Банкина Н.Г. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. - М.: Советский спорт, 1991. - 64 с. 3. Баскетбол: учебник ИФК/Под. ред. Ю.М. Портнова. - М.: Физкультура и спорт, 1997. - 480с. 4. Боскис Р.М. Учителю о детях с нарушениями слуха. - М.: Просвещение, 1987.- 346с.
6. Грабенко Т.М. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. - СПб.: Детство-Пресс, 2012.- 64с
7. Коржова А.А. Физическое воспитание детей с нарушениями слуха. - М.: Просвещение, 2010. - 224с
8. Красноперова П.А. Зрительная работоспособность у детей с нарушением слуха// Дефектология. - 2001. - № 1. - С. 11-16.
9. Кузьмичева Н.Н. Методика развития слухового восприятия глухих учащихся. - М.: Академия, 2011.- С.8-12.