

Управление образования  
администрации Анжеро – Судженского городского округа  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Анжеро – Судженского городского округа  
«Средняя общеобразовательная школа № 12»  
(МБОУ «СОШ №12»)

**УТВЕРЖДЕНА:**  
приказом МБОУ «СОШ №12»  
от 21.06.2019 № 186



**Рабочая программа учебного предмета  
«Физическая культура»  
для учащихся 1-4 классов**

(для учащихся с ЗПР. Вариант 7.2)

Составитель:  
Паньрина Ирина Викторовна,  
учитель физической культуры

## Содержание

1	Пояснительная записка	3
2	Общая характеристика учебного предмета	4
3	Описание места учебного предмета в учебном плане	5
4	Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета	6
5	Личностные, метапредметные и предметные результаты учебного предмета	7
6	Содержание учебного предмета	9
7	Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности учащихся	14
8	Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности	15

## **Пояснительная записка**

Физическая культура как школьный учебный предмет входит в предметную область «Физическая культура» и имеет важное коррекционно-развивающее значение.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе требований к результатам освоения адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования учащихся с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой психического развития. Вариант 7.2) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Анжеро – Судженского городского округа «Средняя общеобразовательная школа № 12», программы формирования универсальных учебных действий.

Рабочая программа предназначена для учащихся с задержкой психического развития (далее с ЗПР), вариант 7.2, с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию.

Рабочая программа обеспечивает достижение планируемых результатов освоения АООП НОО учащихся с ОВЗ (с ЗПР. Вариант 7.2) МБОУ «СОШ №12».

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» сохраняет основное содержание образования, но учитывает индивидуальные способности учащихся с ЗПР и предусматривает коррекционную направленность обучения.

**Целью** реализации программы по предмету «Физическая культура» является освоение содержания предмета «Физическая культура» и достижение учащимися планируемых результатов в соответствии с требованиями, установленными ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ, а так же укрепление здоровья учащихся с ЗПР, совершенствование их физического развития, формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.

**Задачи** изучения учебного предмета «Физическая культура»:

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому и социальному развитию;
- формирование двигательных навыков и умений, первоначальных умений саморегуляции;
- формирование системы элементарных знаний о здоровом образе жизни и установки на сохранение и укрепление здоровья;
- владение основными представлениями о собственном теле;
- развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость);
- коррекция недостатков психофизического развития.

Сроки получения начального общего образования учащимися с ЗПР (вариант 7.2) пролонгированы с учетом психофизиологических возможностей и индивидуальных особенностей развития, обучающихся данной категории составляют 5 лет. Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» составлена на уровень начального общего образования для 1, 1<sup>1</sup>, 2, 3, 4 классов.

## Общая характеристика учебного предмета

Предметом обучения на уроках физической культуры на уровне начального общего образования является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у учащихся не только совершенствуются физические качества, и активно развиваются личностные качества (сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность) и является средством формирования у учащихся универсальных учебных действий (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в личностных, метапредметных и предметных результатах образовательной деятельности и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

В освоении учебного предмета «Физическая культура» присутствуют три взаимосвязанные линии образования:

➤ овладение учащимися с ЗПР основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации. Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью;

➤ овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами. Овладение умениями включаться в доступные и показанные учащемуся подвижные игры и занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна;

➤ формирование умения следить за своим физическим состоянием, отмечать и радоваться любому продвижению в росте физической нагрузки, развитию основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость), стремления к максимально возможной для данного учащегося физической независимости.

«Физическая культура» призвана сформировать у учащегося устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В процессе освоения программы обеспечивается формирование у учащихся целостного представления о единстве биологического, психического и социального в человеке, о законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» содержит следующие разделы: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности и «Физическое совершенствование».

### **Описание места учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «Физическая культура» входит в обязательную часть учебного плана начального общего образования.

В соответствии с учебным планом начального общего образования МБОУ «СОШ № 12» учебный предмет «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для учащихся 1-4 классов предусматривает обязательное изучение учебного предмета в объеме 504 часов, в том числе в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), в 1<sup>1</sup> классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), 4 класс – 102 часа (3 часа в неделю).

## Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценностные ориентиры учебного предмета соответствуют основным требованиям ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ и АООП НОО:

*патриотизм* (любовь к России, к своему народу, к своей малой родине; служение Отечеству);

*гражданственность* (правовое государство, гражданское общество, дол перед Отечеством, старшим поколением и семьей, закон и правопорядок, межнациональный мир, свобода совести и вероисповедания);

*человечность* (принятие и уважение многообразия культур и народов мира, равенство и независимость народов и государств мира, международное сотрудничество);

*личность* (саморазвитие и совершенствование, смысл жизни, внутренняя гармония, самопринятие самоуважение, достоинство, любовь к жизни и человечеству, мудрость, способность к личностному и нравственному выбору);

*честь;*

*достоинство;*

*свобода, социальная солидарность* (свобода личная и национальная; уважение и доверие к людям, институтам государства и гражданского общества; справедливость, равноправие, милосердие, честь, достоинство (личная и национальная));

*доверие* (к людям, институтам государства и гражданского общества);

*семья* (любовь и верность, здоровье, достаток, почитание родителей, забота о старших и младших, забота о продолжении рода);

*любовь* (к близким, друзьям, школе и действия во благо их, даже вопреки собственным интересам);

*дружба;*

*здоровье* (физическое и душевное, психологическое, нравственное, личное, близких и общества, здоровый образ жизни);

*труд и творчество* уважение к труду, творчество и созидание, целеустремленность и настойчивость, трудолюбие, бережливость);

*наука* – ценность знания стремление к познанию и истине, научная картина мира (познание истина, научная картина мира, экологическое сознание);

*искусство и литература* (красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие);

*природа* (жизнь, родная земля, заповедная природа, планета Земля).

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета**

### **Личностные результаты:**

- 1) осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 6) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- 11) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 12) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- 13) владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
- 14) способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

### **Метапредметные результаты:**

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

4) использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;

5) овладение навыками смыслового чтения доступных по содержанию и объему художественных текстов и научно-популярных статей в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;

6) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям на уровне, соответствующем индивидуальным возможностям;

7) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

8) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

9) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

10) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и других) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

11) овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты:**

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности;

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

3) формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.



## Содержание учебного предмета

### 1. Знания о физической культуре

#### 1.1. Физическая культура

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Возможность для поддержки здорового образа жизни *в Кузбассе, в городе Анжеро-Судженске. Спортивные достижения велики спортсменов Кузбасса, Анжеро-Судженска.*

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

#### 1.2. Из истории физической культуры

История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

#### 1.3. Физические упражнения

Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

### 2. Способы физкультурной деятельности

#### 2.1. Самостоятельные занятия

Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

#### 2.2. Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью

Измерение длины и массы тела, показатели осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

#### 2.3. Самостоятельные игры и развлечения

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

### 3. Физическое совершенствование

#### 3.1. Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток,

занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

### **3.2. Спортивно-оздоровительная деятельность**

#### **3.2.1. Гимнастика с основами акробатики**

Организуемые команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастических мост. Акробатические комбинации (1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед).

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация (например: из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги).

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелазания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

#### **3.2.2. Легкая атлетика**

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющим направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

#### **3.2.3. Лыжные гонки**

Передвижение на лыжах; повороты, спуски; подъемы; торможение.

Подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

#### **3.2.4. Подвижные и спортивные игры**

##### **3.2.4.1. Подвижные игры**

На материале гимнастике с основами акробатики: игровые задания с использо-

ванием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетике: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

#### **3.2.4.2. Футбол**

Удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

#### **3.2.4.3. Баскетбол**

Специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

#### **3.2.4.4. Волейбол**

Подбрасывание мяча; подача мяча; прием и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов.

### **Общеразвивающие упражнения**

#### **На материале гимнастики с основами акробатики**

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону, в стойках на ногах, в седах; выпады и полупапагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя) жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее себя висы упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лежа; отжимание лежа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперед поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперед толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнера в парах.

### **На материале легкой атлетики**

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м. равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15 – 20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1-2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

### **На материале лыжных гонок**

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предме-

тов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

Подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Тематическое планирование  
с определением основных видов учебной деятельности учащихся**

№	Наименование разделов, тем	Класс, количество часов					Основные виды учебной деятельности
		1	1 <sup>1</sup>	2	3	4	
<b>1</b>	<b>Знание о физической культуре</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<p><i>Излагать</i> факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;</p> <p><i>представлять</i> физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> <p><i>организовывать</i> и проводить со сверстниками подвижные игры.</p> <p><i>Планировать</i> занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;</p> <p><i>находить</i> ошибки при учебных заданиях, отбирать способы их исправления;</p> <p><i>отрабатывать</i> умение соблюдать требования техники безопасности;</p> <p><i>управлять</i> эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.</p>
1.1	Физическая культура	2	2	1	1	1	
1.2	Из истории физической культуры	1	1	2	1	1	
1.3	Физические упражнения	1	1	1	2	2	
<b>2</b>	<b>Способы Физкультурной деятельности</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	
2.1	Самостоятельные занятия	2	2	2	2	2	
2.2	Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью	1	1	1	1	1	
2.3	Самостоятельные игры и развлечения	2	2	2	2	2	
<b>3</b>	<b>Физическое совершенствование</b>	<b>90</b>	<b>90</b>	<b>93</b>	<b>93</b>	<b>93</b>	
3.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	
3.2	Спортивно-оздоровительная деятельность	<b>89</b>	<b>89</b>	<b>92</b>	<b>92</b>	<b>92</b>	
3.2.1	Гимнастика с основами акробатики	21	21	23	23	23	
3.2.2	Легкая атлетика	24	24	24	24	24	
3.2.3	Лыжные гонки	12	12	12	12	12	
3.2.4	Подвижные и спортивные игры	<b>32</b>	<b>32</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	<b>33</b>	
3.2.4.1	Подвижные игры	17	17	7	7	12	
3.2.4.2	Футбол	8	8	7	9	5	
3.2.4.3	Баскетбол	7	7	10	10	10	
3.2.4.4	Волейбол	0	0	9	7	6	
<b>Итого:</b>		<b>99</b>	<b>99</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	

## **Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности**

### ***Список литературы для учащихся***

1. Матвеев А.П. Физическая культура. 1 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев.- М.: Просвещение, 2015.
2. Матвеев А.П. Физическая культура. 2 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев.- М.: Просвещение, 2016.
3. Матвеев А.П. Физическая культура. 3 - 4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / А.П. Матвеев.- М.: Просвещение, 2017.

### ***Список литературы для учителя***

1. Матвеев А.П. Методика преподавания физической культуры в 1 классе. – М.: Просвещение, 2009.
2. Матвеев А.П. Методика преподавания физической культуры в 1 - 4 классе. – М.: Просвещение, 2004.

### ***Печатные пособия***

Таблицы по физической культуре: легкая атлетика, лыжная подготовка.

Плакаты с изображением техники двигательного действия по отдельным видам спорта, режим дня учащихся, контрольные нормативы для 1-4 классов, возникновение Олимпийских игр, Олимпийские летние виды спорта, Олимпийские зимние виды спорта.

Книги о спорте и спортсменах.

Книги об Олимпийских играх.

### ***Технические средства обучения***

Музыкальный центр

Компьютер

Многофункциональное устройство принтер-сканер-копир

Мультимедийный проектор

Экспозиционный экран

### ***Экранно-звуковые пособия***

Аудиозаписи

Презентации по разделам программы

Видеоролики по разделам программы

### ***Учебно-практическое оборудование***

Бревно гимнастическое напольное

«Козел» гимнастический

Канат для лазанья

Перекладина гимнастическая (пристеночная)

Стенка гимнастическая

Скамейка гимнастическая (жесткая; длиной 4 м, 2 м)

Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)

Мячи: набивные весом 1 кг и 2 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные, мяч малый (теннисный)

Палка гимнастическая

Скакалка

Мат гимнастический

Гимнастический подкидной мостик

Кегли

Обруч пластиковый

Планка для прыжков в высоту

Стойка для прыжков в высоту

Флажки: разметочные с опорой, стартовые

Рулетка измерительная

Щит баскетбольный тренировочный

Сетка волейбольная

Аптечка

Ворота для мини-футбола

Эстафетная палочка

Свисток

Гантельный набор

Акробатическая дорожка

### ***Игры-игрушки***

Стол для игры в настольный теннис

Сетка и ракетки для игры в настольный теннис

Шахматы (с доской)

Шашки (с доской)

Контейнер с комплектом игрового инвентаря