МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ СЕЛА КОНЕРГИНО»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ СЕЛА КОНЕРГИНО"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ СЕЛА КОНЕРГИНО"
Дата: 2023.07.24 17:18:33 +12'00'

СОГЛАСОВАНО:
педагогическим советом протокол №1 от 24.07.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
приказом МБОУ «ЦО с. Конергино» от 24.07.2023 №126-од

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся с задержкой психического развития, интегрировано в общеобразовательных 5 классах

Составитель: Мамышев Олег Эдуардович
учитель физической культуры

с. Конергино, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является 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 программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся

данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 510 часов: в 5 классе – 102 часа (3 часа в неделю)

Целью адаптированной рабочей программы по физической культуре является обеспечение прочных и сознательных биологических знаний, умений и навыков, необходимых учащимся с ЗПР в повседневной жизни и будущей трудовой деятельности.

Коррекционная составляющая

У детей с ОВЗ вследствие недостаточности речемыслительной деятельности страдает процесс формирования языковых умений и навыков. Неполноценная речевая деятельность накладывает отпечаток на формирование сенсорной, интеллектуальной и эмоционально-волевой сфер. В соответствии с выявленными проблемами в рабочую программу дополнительно введены коррекционные цели и задачи, способствующие коррекции и компенсации речевых дефектов, психолого-педагогических особенностей развития обучающихся, которые позволяют качественно усвоить материал предмета.

Коррекционные задачи вводятся и в структуру урока

Коррекционные задачи:

- ✓ научить ребёнка жить в условиях формирующейся новой социальной среды, решить проблему адаптации его в социуме (социальная задача); обучить предмету (образовательная задача); сформировать умение общаться (воспитательная задача);
- ✓ компенсировать ОВЗ в соответствие с особенностями ребёнка (компенсаторная задача); корригировать нарушения, связанные с недоразвитием речи (коррекционная задача).

Основные направления коррекционной работы в помощь усвоению школьной программы:

1. Совершенствование движений и сенсомоторного развития:
• развитие мелкой моторики кисти и пальцев рук; развитие навыков каллиграфии;
• развитие артикуляционной моторики.
2. Коррекция отдельных сторон психической деятельности:
• развитие зрительного восприятия и узнавания;
• развитие зрительной памяти и внимания;
• формирование обобщенных представлений о свойствах предметов;
• развитие пространственных представлений и ориентации;
• развитие представлений о времени;
• развитие слухового внимания и памяти; развитие фонетико-фонематических представлений.
3. Развитие основных мыслительных операций:
• формирование навыков соотносительного анализа;

Прогнозируемые результаты коррекционной работы:

- ✓ повышение уровня развития коммуникативных навыков;
- ✓ повышение уровня учебной мотивации; повышение качества обучения; успешная социализация учащихся.

Принципы отбора содержания связаны с преемственностью целей образования на различных ступенях и уровнях обучения, логикой внутрипредметных связей, с психолого-

педагогическими, возрастными особенностями развития учащихся, а также с задачами коррекционно-воспитательной работы.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура на уровне основного общего образования: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре, организация спортивной работы в общеобразовательной организации.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности.

Режим дня и его значение для обучающихся, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня, определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении.

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях, подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви, предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий, закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов, развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика».

Кувырки вперёд и назад в группировке, кувырки вперёд ноги «скрестно», кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики), опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания, подпрыгивания толчком двумя ногами, передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком, лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта, бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги», прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень, метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом, повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции, подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке, преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении, ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой», бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча, приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении, ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега, остановка катящегося мяча способом «наступания», ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой», обводка мячом ориентиров (конусов).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6			www.edu.ru www.school.edu.ru
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8			www.edu.ru www.school.edu.ru
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	8			www.edu.ru www.school.edu.ru
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10			www.edu.ru www.school.edu.ru
2.4	Спортивные игры. Баскетбол	12			www.edu.ru www.school.edu.ru

	(модуль "Спортивные игры")				
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10			www.edu.ru www.school.edu.ru
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	10			www.edu.ru www.school.edu.ru
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	30			https://www.gto.ru/norms ВФСК ГТО (gto.ru)
Итого по разделу		88			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура в основной школе	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
2	Физическая культура и	1				www.edu.ru www.school.edu.ru

	здоровый образ жизни человека					
3	Олимпийские игры древности	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
4	Режим дня	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
5	Наблюдение за физическим развитием	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
6	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
7	Определение состояния организма	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
8	Составление дневника по физической культуре	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
9	Упражнения утренней зарядки	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
12	Упражнения на развитие гибкости	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
13	Упражнения	1				www.edu.ru

	на развитие координации					www.school.edu.ru
14	Упражнения на формирование телосложения	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
18	Опорные прыжки	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
19	Опорные прыжки	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
20	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
21	Упражнения на гимнастической лестнице	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
22	Упражнения на гимнастической скамейке	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
23	Бег на длинные дистанции	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
24	Бег на длинные дистанции	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
25	Бег на	1				www.edu.ru

	короткие дистанции					www.school.edu.ru
26	Бег на короткие дистанции	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
28	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
29	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
30	Метание малого мяча на дальность	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
32	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
33	Повороты на лыжах способом переступания	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
34	Повороты на	1				www.edu.ru

	лыжах способом переступания					www.school.edu.ru
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
36	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
38	Спуск на лыжах с пологого склона	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
40	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
41	Техника ловли мяча	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
42	Техника ловли мяча	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
43	Техника передачи мяча	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
44	Техника передачи	1				www.edu.ru www.school.edu.ru

	мяча					
45	Ведение мяча стоя на месте	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
46	Ведение мяча стоя на месте	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
47	Ведение мяча в движении	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
48	Ведение мяча в движении	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
49	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
50	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
51	Технические действия с мячом	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
52	Технические действия с мячом	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
53	Прямая нижняя подача мяча	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
54	Прямая нижняя подача мяча	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
55	Приём и передача мяча снизу	1				https://www.gto.ru/#gto-method
56	Приём и передача мяча снизу	1				https://www.gto.ru/#gto-method
57	Приём и	1				https://www.gto.ru

	передача мяча сверху					/#gto-method
58	Приём и передача мяча сверху	1				https://www.gto.ru/#gto-method
59	Технические действия с мячом	1				https://www.gto.ru/#gto-method
60	Технические действия с мячом	1				https://www.gto.ru/#gto-method
61	Технические действия с мячом	1				https://www.gto.ru/#gto-method
62	Технические действия с мячом	1				https://www.gto.ru/#gto-method
63	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1				https://www.gto.ru/#gto-method
64	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1				https://www.gto.ru/#gto-method
65	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://www.gto.ru/#gto-method
66	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://www.gto.ru/#gto-method
67	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1				https://www.gto.ru/#gto-method
68	Ведение	1				https://www.gto.ru

	футбольного мяча «по прямой»					/#gto-method
69	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
70	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
71	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
72	Обводка мячом ориентиров	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
73	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Физическая подготовка	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
74	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
75	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м.	1				www.edu.ru www.school.edu.ru

	Эстафеты					
76	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
77	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
78	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
79	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
80	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				www.edu.ru www.school.edu.ru
81	Правила и техника	1				www.edu.ru www.school.edu.ru

	выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					
82	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
83	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
84	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание	1				https://www.gto.ru/#gto-method

	рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
85	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
86	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
87	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/#gto-method
88	Правила и	1				https://www.gto.ru

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					/#gto-method
89	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
90	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
91	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание	1				https://www.gto.ru/#gto-method

	туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
92	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/#gto-method
93	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/#gto-method
94	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/#gto-method
95	Правила и техника	1				https://www.gto.ru/#gto-method

	выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты					
96	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://www.gto.ru/#gto-method
97	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/#gto-method
98	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/#gto-method
99	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники	1				https://www.gto.ru/#gto-method

	выполнения испытаний (тестов) 3 ступени					
100	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				https://www.gto.ru/#gto-method
101	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				https://www.gto.ru/#gto-method
102	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				https://www.gto.ru/#gto-method
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Физическая культура – 5-9 класс - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

https://www.gto.ru

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

https://resh.edu.ru/

https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm

Методические рекомендации | ВФСК ГТО (gto.ru)

https://www.gto.ru

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

https://uchi.ru https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htmФизическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)

https://www.gto.ru

ВФСК ГТО (gto.ru)