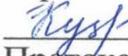


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «ШКОЛА №3 ГОРОДА БЕЛОГОРСКА»

«Согласовано»  
Руководитель кафедры  
учителей начальных классов  
и физической культуры  
 / Е.Н. Кузьмина/  
Протокол № 1 от 27.08.2021г.

«Согласовано»  
Зам. директора по УВР  
 / О.А. Соляник /

«Утверждаю»  
Директор МАОУ «Школа №3  
города Белогорск»  
МАОУ " ШКОЛА №3 ГОРОДА БЕЛОГОРСК" / Т.С. Мохова/  
Приказ № 131 от 30.08.2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного предмета (курса) «Физическая культура»  
для 7 класса на 2021-2022 учебный год  
по адаптированной основной общеобразовательной программе основного  
общего образования  
для слабовидящих обучающихся  
Разработала: учитель физической культуры Глоба Людмила Александровна

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол №1  
от 30.08.2021г

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» предназначена для обучающихся 7 класса общеобразовательных организаций и разработана на основе авторской программы В.И. Лях,. По стандарту обучение предполагает, что слабовидящие обучающиеся получает образование, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения образованию сверстников с нормальным развитие, находясь в их среде и в те же сроки обучения (5-9 классы)

- Федерального уровня:

1. Конвенции о правах ребёнка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);

2. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 06 февраля 2020 года);

3. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях (СанПиН 2.4.2. 2821-10), утвержденными постановлением главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189;

4. Приказа Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009 г. №373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с изменениями);

5. Примерной образовательной программы начального общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол №1/15 от 08.04.2015 г.;

6. Приказ Минпросвещения России от 18.05.2020 N 249 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. N 345»;

7. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 октября 2015 года №08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;

8. Приказ Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

9. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

10. Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 N 35847).

-Муниципального уровня

Приказ МКУ «Комитет по образованию и делам молодежи администрации города Белогорск» от 18.08.2021 № 336 «Об организации работы муниципальных образовательных учреждений г. Белогорск в 2021/2022 учебном году».

- Школьного уровня:

1. Устав школы.

2. Образовательная программа НОО, утвержденная приказом

3. Положение о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МАОУ «Школа №3 города Белогорск», утвержденное приказом № 131 от 30.08.2021 года;

4. Приказ № 131 от 30.08.2021 года «Об утверждении учебного плана МАОУ «Школа №3 города Белогорск».

Изменения в авторскую образовательную программу под общей редакцией В.И. Лях, А.А. Занкевич (программа по курсу «Физическая культура» для 1-11 классов общеобразовательных учреждений) Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 5 классах составлено в соответствии с программой. При этом вид программного материала «Лыжная подготовка» - 14 часов в год, на изучение раздела «Спортивные игры» добавлено – 2 часа. Часы вариативной части дополняют основные разделы программного материала базовой части, при этом с учетом рекомендации Минобрнауки РФ с целью содействия физическому развитию обучающихся, повышению двигательной активности в режиме учебного дня изучение программного материала в разделах «Подвижные игры», «Легкоатлетические упражнения» увеличилось на 6 часов. В связи с наличием материально-технической базы для изучения разделов «Гимнастика с элементами акробатики», изучение этих разделов увеличилось на 2 часа.

#### Цели обучения:

- 1.Повышение двигательной активности и мобильности, достижение независимости обучающихся с депривацией зрения;
- 2.Обеспечение комплексного подхода к решению образовательных проблем ребенка, развитие его способностей (моторных, умственных),а также социально бытовых навыков.
- 3.Достижение поставленных целей при реализации программы «Физическая культура». По стандарту (вариант 4.1) обучение предполагает, что слабовидящие обучающиеся получает образование, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения образованию сверстников с нормальным развитием, находясь в их среде и в те же сроки обучения (5-9 классы).

#### Задачи:

1. Формирование общей двигательной культуры, сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
2. Предоставление слабовидящим обучающимся возможности накопления опыта самостоятельности и активности реализации освоенных двигательных умений и навыков в урочной и внеурочной деятельности
- 3.Организация физкультурно-оздоровительной деятельности обучающихся;
- 4.Развитие личности слабовидящего обучающихся в их индивидуальности, самобытности, уникальности и неповторимости с обеспечением преодоления ими возможных трудностей сенсорно перцептивного, коммуникативного, двигательного, личностного развития, обусловленных негативным влиянием патогенного фактора, их успешной социальной адаптации и интеграции;
- 5.Обеспечение планируемых результатов по освоению слабовидящими обучающимися целевых установок, приобретению знаний, умений, навыков, компетенций и компетентностей, определяемых личностными, особыми образовательными потребностями.

Программа направлена на: реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки), 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», ориентирующих выбор и планирование 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 планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, 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. Базовым результатом образования в области физической культуры в первом классе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура». Структура учебного предмета

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела

«Знания о физической культуре»

отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медикобиологические основы деятельности); знания о человеке (психолого педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко социологические основы деятельности).

Среди теоретических знаний, предлагаемых в программе, можно выделить вопросы по истории физической культуры и спорта, личной гигиене, основам организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Раздел

«Способы двигательной деятельности»

содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля. Материал по способам двигательной деятельности 10 предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов.

Содержание раздела

«Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их

всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно

важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». При этом каждый тематический раздел программы

включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направлению согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание данной программы также входит относительно самостоятельный раздел «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечить преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий. Приобретаемые таким образом знания, умения и навыки должны в последующем закрепляться в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

В основу рабочей программы положены современные образовательные технологии: Здоровьесберегающие технологии привитие гигиенических навыков, навыков правильного дыхания, приемов массажа, игр на свежем воздухе в целях закаливания, использование физических упражнений имеющих лечебно воспитательный эффект, корригирующих и коррекционных упражнений;

Личностно ориентированное и дифференцированное обучение применение тестов и заданий с учетом уровня физической подготовленности и группы здоровья;

Информационно коммуникационные технологии показ презентаций для улучшения мотивации к занятиям физическими упражнениями и в приобретении знаний основ физической культуры.

Для более качественного освоения предметного содержания предмета физическая культура образовательный процесс подразделяются на три типа: с образовательно познавательной, образовательно предметной и образовательно тренировочной направленностью: 1) образовательно познавательной направленности знакомят с учебными знаниями, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее изученного учебного материала; образовательно предметной направленности используются для формирования обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр, лыжной подготовки; образовательно тренировочной направленности используются для преимущественного развития физических качеств и решение

соответствующих задач на этих уроках, формируются представления о физической подготовке и физических качествах, обучают способам регулирования физической нагрузки, способам контроля ее влияния на развитие систем организма.

#### **Содержание учебного предмета**

## Лёгкая атлетика

Легкоатлетические упражнения. Прыжки в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание». Прыжки в длину с места и способом «согнув ноги». Бег с высокого старта на короткие (30 и 60 м) и длинные (1000м) дистанции. Метание малого мяча с места и разбега в неподвижную и подвижную мишень, а также на дальность.

## Элементы баскетбола

Современная тенденция игры определяет направленность технической подготовки. Высоких результатов можно достичь только при высоком уровне технической подготовленности игроков. Для этого баскетболист должен: 1) владеть известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях; 2) уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях игры. Разнообразность действий, сочетая различные приемы в условиях единоборства с противником; 3) владеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, и выполнять их с наибольшим эффектом; 4) постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность и скорость их выполнение.

## Подвижные игры с элементами спортивных игр

Подвижные игры с элементами гимнастики, акробатики, легкой атлетики. Направленно воздействующие на развитие физических качеств (силы, выносливости, быстроты, координации, ловкости, выносливости). Психических качеств (внимания, памяти, оперативного мышления). Социальных качеств (взаимодействия, сдержанности, смелости, честности и др.). Простейшие технические действия из спортивных игр: футбола, баскетбола, волейбола, русская лапта.

Физические упражнения и комплексы упражнений, ориентированные на развитие силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости и ловкости. Подвижные игры и эстафеты. Преодоление специализированных полос препятствий.

## Гимнастика с элементами акробатики

Жизненно-важные двигательные навыки и умения. Ходьба, бег, прыжки разными способами и из разных исходных положений; с различной амплитудой, траекторией и направлением движений; на ровной, наклонной и возвышенной опоре. Преодоление малых препятствий прыжком с места, разбега, опорой на руки, запрыгиванием и спрыгиванием, перелезанием, переползанием и проползанием. Лазание по гимнастической стенке различными способами и с различной направленностью передвижения. Лазание по гимнастическому канату (произвольным способом). Преодоление полосы препятствий с использованием разных способов передвижения.

Организующие команды и приемы: построение и перестроение в шеренгу и колонну; размыкание приставным шагом; повороты на месте и в движении; передвижение в колонне по прямой, по кругу, змейкой. Акробатические комбинации, состоящие из стоек, упоров, поворотов, перекатов, кувырков (вперед и назад), прыжковых упражнений (стоя на месте и с продвижением в разные стороны). Простейшие композиции ритмической гимнастики, состоящие из стилизованных, общеразвивающих, беговых, прыжковых и танцевальных упражнений, выполняемых с различным темпом и амплитудой движений.

Упражнения на спортивных снарядах: простейшие комбинации на гимнастической (низкой) перекладине, состоящие из висов и махов. Простейшие комбинации на напольном гимнастическом бревне, включающие в себя ходьбу простым и стилизованным шагом, боком приставными шагами; повороты, стойки (на удержание равновесия); опорные прыжки без разбега.

## Вариативная часть

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности: использовать различные виды упражнений с целью самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни; осуществлять коррекцию недостатков физического развития; проводить самоконтроль и саморегуляции физических и психических состояний.

Способы спортивной деятельности: осуществлять соревновательную деятельность по одному из видов спорта.

#### Волейбол

Средства для формирования навыков и умений

Упражнения с мячами. Верхняя передача мяча. Нижняя передача мяча. Передача мяча над собой на месте и с перемещением. Верхняя и нижняя передачи мяча у стены в различных сочетаниях. Верхняя и нижняя передачи мяча в парах, в различных исходных положениях, с продвижением. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Поточная передача мяча в колоннах, у стены, через сетку. Передача мяча назад за голову. Поточная передача нескольких мячей. Передача мяча в треугольнике, в квадрате, в кругу. Передача мяча из зон 1, 6, 5 в зону 3. Первая передача в зону 3. Вторая передача в зоны 2 и 4. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Верхняя прямая подача. Прием и передача мяча с подачи. Прием мяча, отраженного сеткой. Нападающий удар и блокирование. Комбинации из освоенных элементов. Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите. Индивидуальные, групповые и командные тактические действия в нападении и защите. Игра по правилам волейбола.

Требования к обучающимся:

1. Уметь выполнять передачу мяча в прыжке через сетку.
2. Уметь играть по правилам волейбола.

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: согласовывать свое поведение с интересами коллектива ; при выполнении упражнений критически оценивать собственные достижения, поощрять товарищей, имеющих низкий уровень физической подготовленности; сознательно тренироваться и стремиться к возможно лучшему результату на соревнованиях.

#### Лёгкая атлетика

Легкоатлетические упражнения. Прыжки в высоту с прямого разбега и способом «перешагивание». Прыжки в длину с места и способом «согнув ноги». Бег с высокого старта на короткие (30 и 60 м) и длинные (1000м) дистанции. Метание малого мяча с места и разбега в неподвижную и подвижную мишень, а также на дальность.

#### Элементы баскетбола

Современная тенденция игры определяет направленность технической подготовки. Высоких результатов можно достичь только при высоком уровне технической подготовленности игроков. Для этого баскетболист должен: 1) владеть известными современному баскетболу приемами игры и уметь осуществлять их в разных условиях; 2) уметь сочетать приемы друг с другом в любой последовательности в разнообразных условиях игры. Разнообразность действий, сочетая различные приемы в условиях единоборства с противником; 3) владеть комплексом приемов, которыми в игре приходится пользоваться чаще, и выполнять их с наибольшим эффектом; 4) постоянно совершенствовать приемы, улучшая общую согласованность и скорость их выполнение.

#### Основные умения и навыки для 5 класса:

В процессе овладения физической культурой происходит формирование общеучебных умений, навыков и овладение способами деятельности. Так, в структуре познавательной деятельности это простейшие наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью, умения принимать творческие решения в процессе подвижных игр или соревнований. В речевой деятельности это умение участвовать в диалоге при обучении двигательным действиям или объяснять правила подвижных игр, умение элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений, используя для этого наглядные образцы. У школьников развиваются организационные умения, связанные с самостоятельным выполнением задания, установлением последовательности упражнений при проведении утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, с изменением физической нагрузки с учетом

индивидуальных показаний частоты сердечных сокращений и самочувствия. Развиваются также умения сотрудничать в коллективе сверстников в процессе проведения подвижных игр и спортивных соревнований.

Планируемые результаты обучения представлены:

Требованиях к уровню подготовки оканчивающих начальную школу и содержат три компонента: знать/понимать – перечень необходимых для усвоения каждым учащимся знаний; уметь – владение конкретными умениями и навыками; выделена также группа умений, которыми ученик может пользоваться во внеучебной деятельности – использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

В результате изучения физической культуры ученик должен -  
знать/понимать:

- роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека;
- правила и последовательность выполнения упражнений утренней гимнастики, физкультминуток, физкультпауз, простейших комплексов для развития физических качеств и формирования правильной осанки; в комплексах по профилактике остроты зрения и дыхательной гимнастики;

уметь:

- передвигаться различными способами (ходьба, бег, прыжки) в различных условиях;
- выполнять акробатические и гимнастические упражнения;
- выполнять общеразвивающие упражнения (с предметами и без предметов) для развития основных физических качеств (силы, быстроты, гибкости, ловкости, координации и выносливости);
- осуществлять индивидуальные и групповые действия в подвижных играх; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
  - выполнения ежедневной утренней гимнастики, корригирующих упражнений и закаливающих процедур;
  - преодоления безопасными способами естественных и искусственных препятствий;
  - соблюдения правил и норм поведения в индивидуальной и коллективной деятельности;
  - наблюдения за собственным физическим развитием и физической подготовленностью.

### Календарно – тематическое планирование по физической культуре

Дата проведения			Тема урока	Кол – во часов
№	план	факт		
1.	02.09		Инструктаж по легкой атлетике	1
2.	06.09		Техника безопасности во время занятий Легкой атлетикой	1
3.	09.09		Высокий старт	1
4.	13.09		Бег с низкого старта 30 м. Зачет №1.	1

5.	16.09		Анализ работы. Бег на короткие дистанции 200 м.	1
6.	20.09		Низкий и высокий старт 400 м	1
7.	23.09		Бег с низкого старта 60 м. Зачет №2	1
8.	27.09		Анализ работы.Метание меча в цель	1
9.	30.09		Метание мяча в цель. Зачет №3.	1
10.	04.10		Анализ работы . Прыжки в длину с разбега.	1
11.	07.10		Подвижные игры. Прыжки в длину с разбега. Зачет №4	1
12.	11.10		Анализ работы. Эстафетный бег.	1
13.	14.10		Челночный бег 3x10	1
14.	18.10		Отжимание в упоре лежа. Зачет №5	1
15.	21.10		Анализ работы. Многоскоки. Прыжки в длину с места	1
16.	25.10		Прыжки на скакалке. Техника безопасности на каникулы	1
17.	28.10		Техника безопасности во время занятий гимнастикой	1
18.	08.11		Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой	1
19.	11.11		Кувырки в перед ит назад.	1
20.	15.11		Стойка на лопатках, Зачет №6	1
21.	18.11		Анализ работы.Лазанье по наклонной скамейке	1
22.	22.11		Поднимание туловища из упора лежа	1
23.	25.11		«Мост» из положения лежа на спине, Зачет №7	1
24.	29.11		Анализ работы.Упражнения в висе стоя и лежа	1
25.	02.12		Акробатическая комбинация	1
26.	06.12		Акробатическая комбинация, Зачет №8	1
27.	09.12		Анализ работы.Лазанье по канату	1
28.	13.12		Упражнения в равновесии на гимнастическом бревне	1
29.	16.12		Перелезание через гимнастического козла	1
30.	20.12		Лазанье по канату. Зачет №9	1

31.	23.12		Анализ работы.Упражнения на гибкость подвижные игры	1
32.	27.12		Подвижные игры. Техника безопасности на каникулы.	1
33.	13.01		Техника безопасности во время занятий играми	1
34.	17.01		Ведение мяча с изменением направления.	1
35.	20.01		Ловля и передача мяча на месте и в движении	1
36.	24.01		Анализ работы.Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках, Зачет № 10	1
37.	27.01		Броски в кольцо двумя руками снизу	1
38.	31.01		Броски в кольцо двумя руками снизу	1
39.	03.02		Подвижные игры	1
40.	07.02		Броски в кольцо двумя руками снизу, Зачет №11	1
41.	10.02		Анализ работы.Перемещение с мячом в парах	1
42.	14.02		Прыжки на скакалке	1
43.	15.02		Учебная игра в баскетбол	1
44.	17.02		Подтягивание на верхней и нижней перекладине, Зачет №12	1
45.	21.02		Анализ работы.Подвижные игры	1
46.	24.02		Техника безопасности во время занятий играми	1
47.	28.02		Верхняя и нижняя передачи мяча над собой	1
48.	03.03		Анализ работы.Верхняя и нижняя передачи мяча над собой. Зачет №13	1
49.	07.03		Нижняя прямая подача	1
50.	10.03		Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках, по кругу	1
51.	14.03		Техника безопасности на каникулы	1
52.	17.03		Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Прыжки в высоту с разбега способом «Перешагиванием» Прыжки в высоту с разбега, Зачет № 14	1
53.	28.03		Анализ работы.Метание мяча на дальность	1
54.	31.03		Метание мяча на дальность.Зачет №15	1
55.	04.04		Анализ работы.Прыжки в длину с места	1
56.	07.04		Прыжки в длину с разбега	1

57.	11.04		Прыжки в длину с разбега, Зачет №16	1
58.	14.04		Анализ работы. Бег с низкого старта 30 м	1
59.	18.04		Бег на короткие дистанции 200 м, Зачет № 17	1
60.	21.04		Анализ работы. Низкий и высокий старт 400 м	1
61.	25.04		Бег на выносливость 1000 м, Зачет №18	1
62.	28.04		Анализ работы. Бег с эстафетной палочкой	1
63.	05.05		Бег на короткие дистанции 30 м. Зачет №19	1
64.	12.05		Анализ работы. Подвижная игра "Лапта"	1
65.	16.05		Бег по пересеченной местности	1
66.	19.05		Эстафетный бег	1
67.	23.05		Подвижные игры	1
68.	25.05		Повторение. Инструкция на летние каникулы	1

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса:

1. Гейхман, П.Н. Лёгкая атлетика в школе/П.Н. Геймах, О.Н. Трофимов. – М.: ФиС, 2006.
2. Д.В. Основы гигиены и санитарии/ Д.В. Колесов, Р.Д. Марш. –М.: Просвещение 2004.
3. Коростылёв, Н.Б. Воспитание здорового школьника: пособие для учителя/Н.Б. Коростылёв; под ред. В.Н. Кардашенко. – М.: Просвещение 2005.
4. Погадаев, Г.И. Настольная книга учителя физической культуры/Г.И. Погадаев. – М.: ФиС, 2000.
5. Спортивные игры/ под ред. Ю.И. Портных. – М.: ФиС 2005
6. Физическая культура: программа для общеобразовательных учреждений. – М.: Дрофа, 2006.
7. Физическая культура в школе/под ред. З.И. Кузнецова. – М.: Просвещение 2002.

8. Чусов, Ю.Н. закаливание школьников: пособие для учителя/ Ю.Н. Чусов. – М.: Просвещение 2007.