

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство просвещения Кабардино-Балкарской Республики
Местная администрация Майского муниципального района
МКОУ «СОШ №9 им. Ю.А. Шомахова ст. Александровской»

ПРИНЯТА
на заседании МО
учителей начальных классов
протокол № 1
от «28» 08. 2025г.
руководитель МО
Г.Н. Таранишина

СОГЛАСОВАНА
методист
по учебно-методической
работе
Склярова М.Н.
«29» 08. 2025г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом МКОУ «СОШ №9
имени Ю.А.Шомахова
ст.Александровской»
№ 170 от 29.08.2025г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Адаптивная физическая культура»
для обучающихся с УО (вариант 1)
2 класс

ст. Александровская 2025 г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» составлена в соответствии с адаптированной основной общеобразовательной программой образования обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ №1599 от 19.12.2014.
3. Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026.
4. СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

ФАОП УО (вариант 1) адресована обучающимся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» относится к предметной области «Физическая культура» и является обязательной частью учебного плана.

Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа определяет цель и задачи учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Цель учебного предмета - всестороннее развитие личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в процессе приобщения их к физической культуре, коррекция недостатков психофизического развития, расширение индивидуальных двигательных возможностей, социальной адаптации.

Задачи обучения:

- коррекция нарушений физического развития;
- формирование двигательных умений и навыков;
- развитие двигательных способностей в процессе обучения;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- раскрытие возможных избирательных способностей и интересов обучающихся для освоения доступных видов спортивно- физкультурной деятельности;
- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре;
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями;
- воспитание нравственных, морально - волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения.

Рабочая программа по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» во 2 классе определяет **следующие задачи:**

- формирование у обучающихся представлений о физической культуре;
- овладение простейшей техникой выполнения основных движений;
- формирование умения правильно пользоваться лыжным инвентарем, выполнять строевые команды с лыжами и на лыжах;
- формирование умения выполнять простейшие исходные положения по словесной инструкции учителя;
- формирование умения принимать правильную осанку в основной стойке, при ходьбе, а также сидя, лежа;
- формирование умения не задерживать дыхания при выполнении упражнений;
- формирование умения сохранять равновесие при движении по гимнастической скамейке;
- формирование умения подчиняться правилам игры;
- воспитание уверенности в себе, своих силах.

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;

формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Место учебного предмета в учебном плане

На изучение предмета во 2 классе отводится по 1 часу в неделю, курс рассчитан на 34 часа (34 учебные недели).

Планируемые результаты освоения рабочей программы

по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» во 2 классе

Личностные результаты:

- освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- освоение себя как обучающегося, заинтересованного посещением занятий адаптивной физической культурой в условиях спортивного зала, на спортивной площадке (на открытом воздухе);
- положительное отношение окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и включение в активные спортивно-оздоровительные мероприятия.

Уровни достижения предметных результатов

по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» во 2 классе

Минимальный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- уметь выполнять простые инструкции учителя;
- иметь представление о видах двигательной деятельности;
- уметь выполнять комплекс упражнений с помощью учителя;
- овладевать начальными двигательными навыками бега, прыжков и метания.

Достаточный уровень:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- сформировать навыки наблюдения за своим физическим состоянием;
- овладевать элементарными представлениями об основных физических качествах (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость).
- знать основные правила поведения и техники безопасности на уроке;
- уметь выполнять команды учителя по словесной инструкции;
- уметь выполнять упражнения для разминки;
- уметь сочетать дыхание с движение во время бега;
- уметь держать постоянный темп в беге;
- уметь пробежать от 200 до 300 м без остановки.

Формирование базовых учебных действий

Личностные учебные действия:

- осознание себя как ученика, заинтересованного посещением школы;
- положительное отношение к окружающей действительности, готовность к организации взаимодействия с ней и эстетическому ее восприятию;
- понимание личной ответственности за свои поступки на основе представлений об этических нормах и правилах поведения в современном обществе

Коммуникативные учебные действия:

- вступать в контакт и работать в коллективе (учитель - ученик, ученик - ученик, ученик - класс, учитель - класс);
- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с одноклассниками и учителем; обращаться за помощью и принимать помощь;
- сотрудничать с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- доброжелательно относиться, сопереживать, конструктивно взаимодействовать с людьми;
- договариваться и изменять свое поведение с учетом поведения других участников спорной ситуации;

Регулятивные учебные действия:

- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;
- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия и действия одноклассников;
- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов;

Познавательные учебные действия:

- представлены комплексом начальных логических операций, которые необходимы для усвоения и использования знаний и умений в различных

условиях, составляют основу для дальнейшего формирования логического мышления школьников. Умение использовать все группы действий в различных образовательных ситуациях является показателем их сформированности.

**Система оценки достижения обучающимися
с умственной отсталостью планируемых результатов
освоения рабочей программы по учебному предмету
«Адаптивная физическая культура» во 2 классе**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Критерии оценки предметных результатов

Оценка предметных результатов во время обучения первого полугодия во втором классе не проводится. Оценка успеваемости складывается из показателей: отношение обучающегося к уроку, степень овладения физическими упражнениями, качество выполнения упражнений.

Работа обучающихся поощряется и стимулируется использованием качественной оценки: «удовлетворительно», «хорошо», «очень хорошо».

Соотнесение результатов оценочной деятельности, демонстрируемые обучающимися:

«удовлетворительно» (зачет) - задание выполнено от 35% до 50 %;

«хорошо» - задание выполнено от 51% до 65%;

«очень хорошо» (отлично) - задание выполнено выше 65 %.

С второго полугодия оценивается техника (правильность) выполнения упражнений: при построении, перестроении; выполнение строевых команд; в равновесии, ходьбе, лазанье; упражнения с элементами гимнастики и акробатики; пере движение на лыжах.

В беге, прыжках, метании и бросках учитываются секунды, количество, длина, высота.

При оценке предметных результатов учитель руководствуется следующими критериями:

Оценка «5» - ставится за верное выполнение задания. При этой оценке допускаются мелкие ошибки (не влияющие на качество и результат выполнения). К ним можно отнести неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Оценка «4» - ставится, если обучающийся допускает несколько мелких или одну значительную ошибку при выполнении упражнения.

К значительным ошибкам относятся такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнений, хотя количественный показатель не намного ниже. Примеры значительных ошибок:

- старт не из требуемого положения;

- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в высоту, длину;
- несинхронность выполнения движений.

Оценка «3» и «2» - не ставится.

Содержание обучения

Уроки «Адаптивной физической культуры» у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) направлены на укрепление здоровья, физическое развитие, способствовали формированию правильной осанки, физических качеств и становлению школы движений.

Урочные занятия по «Адаптивной физической культуре» осуществляются при использовании различных **методов**:

- формирования знаний (методы слова (информация речевого воздействия) и методы наглядности (информация перцептивного воздействия);
- обучения двигательным действиям (дробление и последовательное освоение частей целостного упражнения);
- развития физических качеств и способностей (для развития скоростных качеств (быстроты) - повторный, игровой, вариативный (контрастный), сенсорный методы;
- для развития выносливости - равномерный, переменный, повторный, игровой методы;
- для развития координационных способностей элементы новизны в изучаемом физическом упражнении (изменение исходного положения, направления, темпа, усилий, скорости, амплитуды, привычных условий и др.);
- симметричные и асимметричные движения;
- релаксационные упражнения, смена напряжения и расслабления мышц;
- упражнения на реагирующую способность (сигналы разной модальности на слуховой и зрительный аппарат);
- упражнения на раздражение вестибулярного аппарата (повороты, наклоны, вращения, внезапные остановки, упражнения на ограниченной, повышенной или подвижной опоре);
- упражнения на точность различения мышечных усилий, временных отрезков и расстояния (использование тренажеров для «прочувствования» всех параметров движения, предметных или символических ориентиров, указывающих направление, амплитуду, траекторию, время движения, длину и количество шагов);
- упражнения на дифференцировку зрительных и слуховых сигналов по силе, расстоянию, направлению;
- воспроизведение заданного ритма движений (под музыку, голос, хлопки и т. п.);
- пространственная ориентация на основе кинестетических, тактильных, зрительных, слуховых ощущений (в зависимости от сохранности сен-сорных систем);
- упражнения на мелкую моторику кисти (жонглирование предметами, пальчиковая гимнастика и др.);
- парные и групповые упражнения, требующие согласованности совместных действий.

Эффективным методом комплексного развития физических качеств, координационных способностей, эмоционально-волевой и психической сферы лиц с ограниченными возможностями являются **следующие методы:**

- игровой;
- воспитания личности;
- взаимодействия педагога и обучающихся.

Использование разнообразных средств и методов адаптивной физической культуры служат стимулятором повышения двигательной активности, здоровья и работоспособности, способом удовлетворения потребности в эмоциях, движении, игре, общении, развития познавательных способностей, следовательно, являются фактором гармоничного развития личности, что создает реальные предпосылки социализации.

Содержание разделов

№	Название раздела	Количество часов
1	Знания о физической культуре	в процессе обучения
2	Гимнастика	12
3	Легкая атлетика	12
5	Игры	10
Итого:		34

С учетом каждого региона вместо лыжной подготовки проводятся занятия на открытом воздухе: гимнастика, легкая атлетика, игры; катание на коньках. Так же в программу включен национальный компонент *бурятские народные подвижные игры*.

Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Календарно - тематическое планирование 2 класс

№	Тема	Дата по плану	Дата по факту
1.	Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности)		
2.	Ходьба с изменением скорости		
3.	Бег в колонне по прямой.		
4.	Бег с преодолением простейших препятствий		
5.	Метание большого мяча		
6.	Чередование бега и ходьбы по сигналу		

7.	Игры с элементами корректирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»		
8.	Игры с элементами корректирующих упражнений: «Ловишка, бери ленту», «Салки»		
9.	Игры на развитие внимания, памяти: «Школа мяча», «Сбей кеглю»		
10.	Подвижные игры народов Бурятии: «Сурхарбан», «Иголка, нитка, узелок», «Табун»		
11.	Правила поведения на уроках гимнастики		
12.	Перестроение из шеренги в круг		
13.	Перестроение из колонны по одному в шеренгу по одному.		
14.	Основные положения и движения рук, ног, туловища.		
15.	Дыхание во время ходьбы и бега		
16.	Ходьба по линии на носках, на пятках с различными положениями рук		
17.	Упражнения для развития пространственно- дифференцировки.		
18.	Упражнения для развития пространственно- дифференцировки.		
19.	Упражнения для развития точности движений		
20.	Упражнения для укрепления мышц туловища		
21.	Ходьба по гимнастической скамейке		
22.	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой		
23.	Комплекс упражнений с гимнастической скакалкой		
24.	Упражнения для формирования правильной осанки		
25.	Упражнения с малыми мячами		
26.	Стойка на одной ноге.		
27.	Упражнения с большими мячами		
28.	Игры на развитие выносливости		
29.	Игры на развитие выносливости		
30.	Эстафеты на развитии координации		
31.	Эстафеты на развитии координации		
32.	Удары мяча о пол, о стенку и ловля его двумя руками		
33.	Подвижные игры народов Бурятии: «Волк и тарбаганы», «Верблюжонка верблюд ловит»		
34.	Эстафета с мячом		

Материально - техническое обеспечение

- **интерактивная доска;**

С 2021-2022 учебного года в рамках «Национального проекта» реализуется возможность и используется ТСО и спортивное оборудование интерактивной

доски, комплекты тренажеров, мячи бордюр-балансир, эспандер скамья гимнастическая тактильная дорожка, комплект спортивный комплекс, спортивное полотно, дорожка для прыжков в длину с места в обучении детей с интеллектуальными нарушениями.

Для оптимального использования интерактивной доски в работе с обучающимися требуется соблюдение методических рекомендаций:

1. Интерактивная доска должна использоваться в работе с обучающимися с 1 класса при безусловном соблюдении физиолого-гигиенических, эргономических и психолого-педагогических ограничительных и разрешающих норм и рекомендаций.
2. Применяемые информационно-дидактические пособия должны быть адекватными психическим и психофизиологическим возможностям ребенка.
3. Организация и методика проведения занятия с ИД соответствует методике проведения традиционных занятий и основным дидактическим принципам коррекционной педагогики. Занятие с применением ИД включает в себя несколько частей. И только одна часть посвящается непосредственно работе с ИД.
4. ИД должна быть дидактическим средством, а не самоцелью.
5. Электронные средства обучения передают информацию быстрее, чем традиционные.
6. Позволяет увеличить восприятие материала за счет увеличения количества иллюстративного материала.
7. Развивает мотивацию и делает занятия более интересными для детей.
8. В своей работе в первую очередь исходим из перспективного плана, темы и целей занятий. Необходима продуманная предварительная работа: составление дидактических задач, поиск иллюстраций в электронном виде, изготовление самих дидактических игр.
9. Общая продолжительность использования ЭСО на уроке не должна превышать для интерактивной доски - для детей до 10 лет - 20 минут, старше 10 лет 30 минут; компьютера - для детей 1-2 классов - 20 минут.

- **скамейка гимнастическая:** это уникальный, универсальный тренажер, имеющийся почти во всех спортивных залах. С её помощью можно развивать практически все двигательные качества, ловкость, смелость, координацию, выносливость, что способствует формированию осанки, развитию динамической силы, гибкости, прыгучести, ритмичности, мышечного чувства, подвижности суставов, равновесия, умения ориентироваться в пространстве и других качеств.
- **бордюр - балансир:** спортивное оборудование для коррекционных и профилактических занятий. Бордюр составляется из цветных секций с изгибами. Прохождение по криволинейной трассе вырабатывает чувство равновесия и помогает бороться с плоскостопием. Можно сочетать в любой последовательности.
- **платформа балансировочная:** эта несложная конструкция компактных размеров позволяет тренировать все мышцы тела, в том числе самые глубокие, развивает чувство равновесия.
- **массажная дорожка:** для массажа стоп, оказывает благотворное влияние не только на формирование ног и опорно-двигательного аппарата ребенка, но и на

центральную нервную систему, а через нее - на весь организм в целом. Поэтому он является одним из самых эффективных способов укрепления здоровья.

- **тактильная дорожка 8 элементов:** Тактильная дорожка - это восемь модулей, выполненных из дерева, с различным тактильным наполнением: рифленый алюминий, камень, ворс, ковровое покрытие. Способствует профилактике плоскостопия.
- **развивающая игра «тактильная башня»:** предназначена для улучшения мелкой моторики, координации рук и глаз, выполняет сенсорную стимуляцию.
- **тактильный можжевеловый набор:** деревянные шары для занятий и игр. Поверхность гладка и ребристая, что способствует развитию тактильных ощущений и мелкой моторики. Присутствует приятный запах можжевельника.
- **эспандеры:** группа спортивных тренажёров, упражнения с которыми основаны на упругой деформации. Упругий элемент или их группа, обеспечивающая нагрузку при противодействии движению.
- **массажёр валик:** создан для борьбы с усталостью, мышечными болями и спазмами. Воздействуя все группы мышц с помощью выступов, он нормализует обмен веществ, улучшает циркуляцию крови, активно влияет на биоэнергетику.
- **набор тренажеров из 4 гибких брусов (желтый, красный, синий, зеленый):** легкий и компактный упругий снаряд, который легко захватывать. Он предназначен для реабилитации и укрепления кистей, запястий, предплечий, плеч и локтевых суставов. Длина бруса составляет 30,5 см; имеются четыре модели, отличающиеся диаметром и, соответственно, возрастающим уровнем сопротивления материала. Гибкий брус - простой снаряд, позволяющий выполнять самые различные упражнения (стимуляция движений, отведение запястия, укрепление большого пальца, эксцентрические вращения и воздействие на мягкие ткани).
- **комплект тренажеров для пальцев:** тренажер для укрепления мышц и развития подвижности отдельных пальцев и всей кисти. Подходит для терапии, фитнеса и домашней тренировки. Идеальны для упражнений на растяжку и укрепление мышц. На каждом тренажере располагается 5 анатомически расположенных отверстий для пальцев. Для тренировки нужно медленно растянуть тренажер и медленно, с сопротивлением, вернуться в исходное положение.
- **мячи** (утяжеленный, массажные, маленькие, резиновые, баскетбольные, футбольные, большие);
- **реквизиты** (обручи, гимнастические палки, коврики, флаги, скакалки, конусы, кегли, эстафетные палочки);
- **тренажёры** (эллиптический тренажер, беговая дорожка, велотренажер, степпер);
- **игра Кольцеброс кольца и шарики:** это супер активная и веселая игра. Правила очень просты: необходимо накинуть кольца на специальные штыри, закрепленные на основании или ловко попасть шаром в корзину, а это требует внимательности, ловкости и сноровки.
- **набор для бадминтона:** 2 ракетки и волан, для игры в бадминтон.

- **игровой модуль «Шагайка»:** это десять кругов диаметром 300 мм, соединенные между собой. Помогают научиться считать и развить координацию у ребенка.
- **игра детская «Городки»:** очень интересная игра, развивающая у участников меткость, силу, ловкость и координацию движений, укрепляет мышцы рук и плечевого пояса, вызывает сильные эмоции. Одно из главных достоинств городков - доступность и демократичность.
- **игра в перекидывание мяча по веревке:** Один ребенок тянет руками два конца веревки в противоположные стороны, таким образом, мяч получает импульс и движется к другому ребенку.
- **полотно «Гусеница»:** это командный аттракцион для соревнований и эстафет. Внутрь гусеницы помещается команда игроков из 3-6 человек (детей).
- **дорожка для прыжков в длину с места:** Разметочная дорожка для прыжков в длину с места - каучуковый высокопрочный коврик, длиной 4,10 м, шириной- 1,25 м, толщиной - 8 мм, весом - 38 кг. Цвет - серо-черный, яркой белой износостойкой краской нанесены метки от 1 до 3 метров каждые 10 см. Этот спортивный снаряд может использоваться для прохождения тестирования по сдаче норматива по прыжкам в длину и для подготовки к тестированию.
- **счетчик - станок для отжиманий:** станок (счетчик) для отжиманий служит для приема нормативов, тестирования.

Учебно - методические материалы:

Литература для учителя

1. Уроки физической культуры в начальных классах: пособие для учителя специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида / В. М. Мозговой. - Москва: Просвещение, 2009
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
3. Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
4. Коваленко В. И. Поурочные разработки по физкультуре. - М.: ВАКО, 2012.
5. Коваленко В.И. Школа физкультминуток (1- 4классы): практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников.- М.: ВАКО, 2005.
6. Колодницкий Г. А.. Кузнецов В. С. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика. - М.: Просвещение, 2011.
7. Копылов Ю. А.. Полянская Н. В. Система физического воспитания в образовательных учреждениях. - М.: Издание: Арсенал образования, 2011.
8. Максачук Е. П. Актуализация и становление спортивной культуры личности молодого поколения. - М.: Спутник +, 2012.
9. Муравьев В. А.. Назарова Н. Н. Гармония физического развития и здоровья детей и подростков. - М.: Дрофа, 2009.
10. Назаркина Н. И.. Николаичева И. М. Преподавание физической культуры в общеобразовательных учреждениях в условиях введения ФГОС второго поколения и 3 часа физической культуры. - М.: Издание: ТВТ Дивизион, 2011.
11. Патрикеев А. Подвижные игры. 1-4 классы - М.: ВАКО, 2010.

- 12.Питерских Г. Т. Олимпийский марафон. История Олимпийских игр в вопросах и ответах. – М.: Русское слово – учебник, 2013.
- 13.Погадаев Г. И. Народные игры на уроках физической культуры и во внеурочное время. – М.: Дрофа, 2010.
- 14.Правдов М.А. Уроки физической культуры. 1-4.Издательство: М. Илекса, 2009 г.
- 15.В. М. Белов, В. С. Кувшинов, В. М. Мозговой. Под ред. д.п.н. Воронковой В.В. // ПРОГРАММЫ специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида подготовительный, 1 - 4 классы. - МОСКВА «ПРОСВЕЩЕНИЕ» 2010.-192с.
- 16.Болонов Г.П. // Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения: Программа закаливания, оздоровления, организации игр, секций, досуга.- М.: ТЦ Сфера, 2003.- 160с.
- 17.Подвижные игры для детей с нарушениями в развитии. / Под ред. Шапковой Л.В.—СПб, «ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2002,-160с.
- 18.Черник Е.С. // Физическая культура во вспомогательной школе: Учебное пособие.- М.: Учебная литература, 1997.-320с.
- 19.<https://sudact.ru/law/prikaz-minprosveshcheniia-rossii-ot-24112022-n-1026/>

Литература для учащихся

1. Страковская В.Л. 300 подвижных игр для оздоровления детей от 1 года до 14 лет.- М.: Новая школа, 1994.
2. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей.: Методическое пособие.- М.: Терра- Спорт, 2000.
3. Энциклопедия по спорту. 2002г.
4. Журнал «Физкультура и спорт»

Литература для родителей

1. Болонов Г.П. // Физическое воспитание в системе коррекционно-развивающего обучения: Программа закаливания, оздоровления, организации игр, секций, досуга.- М.: ТЦ Сфера, 2003.- 160с. В. Баршай М./Физкультура в школе и дома.-Ростов н/Д:изд-во «Феникс», 2001.- 256с. (серия мир вашего ребёнка).
2. Подольская Е.И., Формы оздоровления детей. - В.: Учитель 2009
3. А.Н.Каинов, И.Ю.Шалаева. Физическая культура. - В.: Учитель 2009
4. Интернет - ресурсы

Интернет – ресурсы:

<http://www.uchportal.ru/> - учительский портал

<http://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/kalendarno-tematiceskoe-planirovaniye-urokov-fizicheskoy-kultury-0>

<http://7porogov.ru/konspeky-urokov-fizkultury-vo-2-klasse-po-teme-po-fgos-1389525420.html>

<http://fismag.ru/> - журнал физкультура и спорт

<https://www.sport-rb.ru/> - новости Бурятии

<https://multiurok.ru/vaqisovna/>

Рекомендуемые сайты:

1. www.edu.ru/ Российское образование федеральный портал
2. <http://www.fipi.ru> Федеральный институт педагогических измерений.
3. <http://ps.1september.ru> Газета «Первое сентября»
4. <https://www.fizkulturasport.ru/> Физкультура и спорт. Теория и методика
5. <https://multiurok.ru/files/katalogh-saitov-po-f-k.html>