

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 755 «Региональный Центр аутизма»  
Василеостровского района Санкт-Петербурга

**Принято и рекомендовано  
к использованию**  
педагогическим советом ОУ № 1  
от 28.08.2023 г.

**Утверждено**  
Приказом №\_93 ОД\_от\_31.08.2023 г.  
Директор \_\_\_\_\_ Л.Н. Демьянчук

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ  
«Адаптивная физическая культура»  
ДЛЯ 5 КЛАССА  
(вариант 1)**

Составила:  
Кузакова Елена Сергеевна  
учитель высшей категории

**Согласовано**  
Зам.директора по УВР  
\_\_\_\_\_ О.П. Карева  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Санкт-Петербург

2023г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, и адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), с расстройствами аутистического спектра (вариант 1).

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА.

Учебный предмет «Адаптивная физическая культура» включён в федеральный компонент учебного плана для учащихся с РАС и легкой умственной отсталостью.

Обучение физической культуре детей с РАС (вариант 1), представляет большую проблему в следствие специфических особенностей развития:

- выраженная недостаточность или полное отсутствие потребности в контактах с окружающими, трудности во взаимодействии со сверстниками, отгороженность от внешнего мира;
- особенности эмоционально-волевой сферы: слабость или искаженность эмоционального реагирования, бедность эмоций, их однообразие, неадекватность, проявления негативизма при попытках вовлечь ребенка в произвольную деятельность;
- боязнь всего нового, приверженность к сохранению неизменности окружающей обстановки;
- своеобразное зрительное поведение: взгляд мимо, «скользящий взгляд», ограниченность визуального контакта, фрагментарность зрительного внимания;
- своеобразие движений: произвольные движения неловкие, недостаточно координированы, наличие стереотипных повторений одних и тех же движений;
- специфические особенности речевого развития: понимание обращенной речи на бытовом уровне, собственная речь представлена от вокализаций до автономной речи (разговоры с самим собой с использованием сложных оборотов, штампов с недостаточным осмыслением их). Часто отмечаются непосредственные или отставленные по времени эхолалии. Грубое нарушение коммуникативной функции речи, низкая речевая активность;
- низкая сфорсированность высших корковых функций, прежде всего пространственной ориентации;
- умственная отсталость легкой и умеренной степени.

### ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Цель:** закрепление и совершенствование знаний, умений и навыков, полученных в 4 классе и разучивание новых двигательных умений и навыков

**Адаптивная физическая культура** является составной частью образовательного процесса обучающихся с РАС. Она решает образовательные, воспитательные, коррекционно-развивающие и лечебно-оздоровительные задачи. Физическое воспитание рассматривается и реализуется комплексно, и находится в тесной связи с умственным, нравственным, эстетическим, трудовым обучением; занимает одно из важнейших мест в подготовке этой категории обучающихся к самостоятельной жизни, производительному труду, воспитывает положительные качества личности, способствует социальной интеграции школьников в общество.

#### Задачи:

- поддержание устойчивой работоспособности на достигнутом уровне;
- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;

- формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- коррекция нарушений физического развития и психомоторики;
- развитие двигательных качеств (силы, гибкости, выносливости)
- воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
- воспитание нравственных качеств, приучение к дисциплинированности,
- организованности, ответственности и элементарной самостоятельности.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Общее число часов, отведенных на изучение предмета «Адаптивная физическая культура» в 5 классе, составляет 102 часа, 3 часа в неделю, 34 учебные недели.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Освоение обучающимися программы предполагает достижение ими двух видов результатов: личностных и предметных.

### **Личностные результаты**

1. развитие чувства любви к родителям, другим членам семьи, к школе, принятие учителя и учеников класса, взаимодействие с ними;
2. развитие мотивации к обучению;
3. владение элементарными навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;
4. развитие положительных свойств и качеств личности;
5. готовность к вхождению обучающегося в социальную среду.

### **Предметные результаты**

#### **Минимальный уровень:**

- иметь представления о физической культуре как средстве укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- выполнять комплексы утренней гимнастики под руководством учителя;
- знать основные правила поведения на уроках физической культуры и осознанно их применять;
- выполнять несложные упражнения по словесной инструкции при выполнении строевых команд;
- иметь представления о двигательных действиях; знать основные строевые команды; вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- правильную осанку; ходить в различном темпе с различными исходными положениями;
- взаимодействовать со сверстниками в организации и проведении подвижных игр, элементов соревнований; участвовать в подвижных играх и эстафетах под руководством учителя;
- знать правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

#### **Достаточный уровень:**

- практически освоить элементы гимнастики, легкой атлетики, спортивных и подвижных игр и др. видов физической культуры;
- самостоятельное выполнение комплексов утренней гимнастики;
- владеть комплексами упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища; участие в оздоровительных занятиях в режиме дня (физкультминутки).

- выполнять основные двигательные действия в соответствии с заданием учителя: бег, ходьба, прыжки и др.;
- подавать и выполнять строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений.
- овладение навыками совместного участия со сверстниками в подвижных играх и эстафетах;
- оказывать посильную помощь и поддержку сверстникам в процессе участия в подвижных играх и соревнованиях;
- знать спортивные традиции своего народа и других народов;
- знать способы использования различного спортивного инвентаря в основных видах двигательной активности и уметь их применять в практической деятельности;
- знать правила и технику выполнения двигательных действий, уметь применять усвоенные правила при выполнении двигательных действий под руководством учителя;
- знать и применять правила бережного обращения с инвентарём и оборудованием в повседневной жизни;
- соблюдать требования техники безопасности в процессе участия в физкультурно-спортивных мероприятиях.

### КРАТКИЙ УЧЕБНЫЙ КУРС

№ п/п	Раздел	Кол-во часов	Краткое содержание курса
1.	Теоретические сведения	4	Т.Б. на уроках физ. культуры. Личная гигиена. Понятия: старт, финиш, эстафета, длительность бега. Правила соревнований в беге, прыжках и метаниях. Физическое развитие. Осанка. Физические качества.
2.	Лёгкая атлетика	42	<i>Ходьба.</i> Сочетание разновидностей ходьбы, с одновременными движениями рук. <i>Бег.</i> Разновидности бега. Бег на выносливость, на скорость. «Круговая эстафета». <i>Прыжки.</i> Прыжки в длину с места, по ориентирам, на различное расстояние, с поворотом вокруг себя. Многоскоки. Прыжки в длину с разбега, согнув ноги. Прыжки в высоту с прямого разбега. Эстафеты и игры с прыжками. <i>Метание.</i> В горизонтальную и вертикальную цель и на дальность с места и с нескольких шагов разбега. Броски набивного мяча (1кг) из-за головы, от груди, снизу вперед-вверх.
3.	Гимнастика	23	<u>Построения и перестроения.</u> В 1-2 шеренги, в 1-2 колонны, в круг, парами, по диагонали, в шахматном порядке. Команды: «на первый-второй рассчитайсь!», «шире шаг», «змейкой». <u>Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения):</u> основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"

ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (МБС)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6C068167B

			<p>упражнения для укрепления мышц спины и живота; упражнения для развития мышц рук и плечевого пояса; упражнения для мышц ног; 23 упражнения на дыхание; упражнения для развития мышц кистей рук и пальцев; упражнения для формирования правильной осанки; упражнения для укрепления мышц туловища.</p> <p><u>Упражнения с предметами:</u> с гимнастическими палками; с обручами; с гимн. палками; с мячами; с гимн. лентами; с набивными мячами (вес 1 кг); переноска грузов и передача предметов.</p> <p><u>Упражнения на равновесие</u> ходьба приставными шагами по узкой гимн. скамейке; повороты на носках; приседания; опускание в упор присев, в упор, стоя на колене.</p> <p><u>Лазанье и перелезание:</u> лежа на животе, подтягиваясь руками; перелезание через препятствия</p> <p><u>Висы и упоры:</u> вис на гимн. стенке, согнув ноги, прогнувшись, поднимание ног в висе.</p> <p><u>Упражнения для координации</u> упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений: танцевальные шаги, 1-2-3 позиции ног, рук, элементы народных танцев.</p>
4.	Плавание (основы теории и практики на суше)	3	<p><i>Теория:</i> влияние плавания на состояние здоровья, правила гигиены, техники безопасности. Название плавательных упражнений, способов плавания.</p> <p><i>Упражнения на суше:</i> имитационные движения руками, ногами при плавании кролем на груди и спине, брассом, погружении способом «поплавок»</p>
5.	Подвижные игры и элементы спортивных игр.	27	<p>Игры с бегом; игры с прыжками; игры с лазанием; игры с метанием и ловлей мяча; на ориентировку в пространстве, («Тише едешь-дальше будешь, стоп», «Пустое место», «Караси и щука», «Хвостики», Удочка», «Выбивалы», «Кого назвали, тот и ловит», «Гонка мячей», «Мяч в корзину», «боулинг» и др.</p> <p>Игры с построениями и перестроениями; игры с элементами общеразвивающих упражнений.</p> <p>Элементы футбола, пионербола, баскетбола, бадминтона, бочче, Дартс</p>
6.	Лыжи (основы теории и практики в с/зале)	3	<p><i>Теория:</i> одежда и обувь лыжника. Значение для здоровья, закаливание. Техника безопасности при занятиях лыжами.</p> <p><i>Подводящие упражнения:</i> имитационные упражнения при выполнении различных лыжных ходов, при подъемах и спусках.</p>

Текущая аттестация обучающихся включает в себя полугодовое оценивание результатов освоения рабочей программы;

Промежуточная (годовая) аттестация представляет собой оценку результатов освоения рабочей программы. Контроль (диагностика) проводится вводный (в начале года), промежуточный (в середине года) и итоговый (в конце года).

Основой оценки достижений обучающегося служит анализ результатов обучения ребёнка, динамика развития его личности.

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **Обязательные учебные материалы для ученика**

1. Матвеев А.П. Адаптивная физическая культура: 5-й класс: учебник – 12-е изд. стер. – Москва : Просвещение, 2022. – 127с.

### **Методические материалы для учителя**

1. Адаптивная физическая культура в работе с лицами со сложными (комплексными) нарушениями развития: учебное пособие/Л.Н. Ростомашвили. – М.: Советский спорт, 2015. – 164с.
2. Григорьев Д.В. Совершенствование двигательных способностей школьников в условиях общеобразовательной школы. -СПб; Наука-Питер, 2005.
3. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре-Москва «ВАКО», 2011.
4. Коррекционные подвижные игры и упражнения для детей с нарушениями в развитии / Под общей ред. проф. Л. В Шапковой -М.: Советский спорт. 2002
5. Лях В.И. Адаптивная физическая культура. 1-4 классы : учеб. для образоват. организаций. М.: Просвещение, 2022. – 175с.
6. Парфенов В.А. Плавание: Учеб. Для техникумов физ.культ. – М.: Физкультура и спорт, 1981. – 247с., ил.
7. Программа образования учащихся с умеренной и тяжелой умственной отсталостью // под редакцией Л.Б. Баряевой Н.Н. Яковлевой - СПб , 2011
8. Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида для 0-4 классов // под ред. И.М. Бгажноковой, 2011.
9. Фирилева Ж.Е., Кислый А.Н., Загрядская О.В. Прикладная и оздоровительная гимнастика: Учебно-методическое пособие. – СПб.: ООО «Издательство «Детство-Пресс», М. ТЦ «Сфера», 2012. – 608с.
10. Черник Е.С. Адаптивная физическая культура во вспомогательной школе/ Е.С.Черник. -М.: Просвещение,1997

### **Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет**

1. [ГТО | Нормативы ГТО | ВФСК ГТО \(gto.ru\)](https://gto.ru/)
2. <https://learningapps.org/>
3. [\(3\) Виктор Бекетов - YouTube](#)

### Календарно-тематическое планирование

№	Тема урока	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата	Примечание
1	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках.	1	01.09.2023		
2	Легкая атлетика: ходьба; разновидности ходьбы	1	05.09.2023		
3	Легкая атлетика. Развитие двигательных качеств: ловкости и координации, силы, выносливости	1	07.09.2023		
4	Легкая атлетика. Развитие двигательных качеств: ловкости и координации, силы, выносливости	1	08.09.2023		
5	Легкая атлетика. Развитие двигательных качеств: ловкости и координации, силы, выносливости	1	12.09.2023		
6	Легкая атлетика. Развитие двигательных качеств: ловкости и координации, силы, выносливости	1	14.09.2023		
7	Легкая атлетика: бег в медленном и быстром темпе.	1	15.09.2023		
8	Легкая атлетика: бег в медленном и быстром темпе.	1	19.09.2023		
9	Легкая атлетика: Бег в заданном направлении. Низкий старт. Челночный бег	1	21.09.2023		
10	Легкая атлетика: Бег в заданном направлении. Низкий старт. Челночный бег	1	22.09.2023		
11	Легкая атлетика: Бег в заданном направлении. Низкий старт. Челночный бег	1	26.09.2023		
12	Легкая атлетика: прыжки на месте на двух ногах, на одной; с продвижением вперед	1	28.09.2023		
13	Легкая атлетика: прыжки в длину с места и с разбега	1	29.09.2023		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

14	Легкая атлетика: прыжки в длину с места и с разбега	1	03.10.2023		
15	Легкая атлетика: прыжки в длину с места и с разбега	1	05.10.2023		
16	Легкая атлетика: Метание малого мяча на дальность.	1	06.10.2023		
17	Легкая атлетика: Метание малого мяча на дальность.	1	10.10.2023		
18	Легкая атлетика: прыжки в высоту, согнув ноги; прыжки через препятствия	1	12.10.2023		
19	Легкая атлетика: прыжки в высоту, согнув ноги; прыжки через препятствия	1	13.10.2023		
20	Легкая атлетика: прыжки в высоту, согнув ноги; прыжки через препятствия	1	17.10.2023		
21	Легкая атлетика: Метание малого мяча в цель и на дальность.	1	19.10.2023		
22	Легкая атлетика: Метание малого мяча в цель и на дальность.	1	20.10.2023		
23	Легкая атлетика: Метание малого мяча в цель и на дальность.	1	24.10.2023		
24	Легкая атлетика: подвижные игры и эстафеты с элементами легкой атлетики; преодоление полосы препятствий.	1	26.10.2023		
25	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках гимнастики	1	27.10.2023		
26	Гимнастика: развитие физических качеств: гибкости, силы, координации	1	07.11.2023		
27	Гимнастика: развитие физических качеств: гибкости, силы, координации	1	09.11.2023		
28	Гимнастика: развитие физических качеств: гибкости, силы, координации	1	10.11.2023		
29	Гимнастика: развитие физических качеств: гибкости, силы, координации	1	14.11.2023		
30	Гимнастика: развитие физических качеств: гибкости, силы, координации	1	16.11.2023		
31	Гимнастика: развитие физических качеств: гибкости, силы, координации	1	17.11.2023		
32	Гимнастика: комплекс ОРУ с предметами (гимн. палка, набивной мяч 1 кг)	1	21.11.2023		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

33	Гимнастика: комплекс ОРУ с предметами (гимн. палка, набивной мяч 1кг)	1	23.11.2023		
34	Гимнастика: комплекс ОРУ с предметами (гимн. палка, набивной мяч 1кг)	1	24.11.2023		
35	Гимнастика: висы и упоры; элементы полуакробатики	1	28.11.2023		
36	Гимнастика: висы и упоры, элементы полуакробатики	1	30.11.2023		
37	Гимнастика: висы и упоры; элементы полуакробатики	1	01.12.2023		
38	Гимнастика: упражнения в равновесии	1	05.12.2023		
39	Гимнастика: упражнения в равновесии	1	07.12.2023		
40	Гимнастика: упражнения в равновесии	1	08.12.2023		
41	Гимнастика: упражнения с элементами худ.гимнастики (скакалка, лента)	1	12.12.2023		
42	Гимнастика: упражнения с элементами худ.гимнастики (скакалка, лента)	1	14.12.2023		
43	Гимнастика: упражнения с элементами худ.гимнастики (скакалка, лента)	1	15.12.2023		
44	Гимнастика: упражнения с элементами худ.гимнастики (обруч, мяч)	1	19.12.2023		
45	Гимнастика: упражнения с элементами худ.гимнастики (обруч, мяч)	1	21.12.2023		
46	Гимнастика: упражнения с элементами худ.гимнастики (обруч, мяч)	1	22.12.2023		
47	Эстафеты с элементами гимнастики	1	26.12.2023		
48	Эстафеты с элементами гимнастики	1	09.01.2024		
49	Теоретические сведения: Техника безопасности на уроках ФК; Лыжная подготовка. Одежда и обувь лыжника. Значение для здоровья, закаливание.	1	11.01.2024		
50	Имитационные упражнения при выполнении различных лыжных ходов, при подъемах и спусках без предметов.	1	12.01.2024		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

51	Имитационные упражнения при выполнении различных лыжных ходов, при подъемах и спусках с гимн. палками.	1	16.01.2024		
52	Имитационные упражнения при выполнении различных лыжных ходов, при подъемах и спусках с гимн. палками.	1	18.01.2024		
53	Баскетбол, правила игры. Стойки баскетболиста. Передачи мяча в парах.	1	19.01.2024		
54	Баскетбол, правила игры. Стойки баскетболиста. Передачи мяча в парах.	1	23.01.2024		
55	Баскетбол. Броски мяча в цель (мишень)	1	25.01.2024		
56	Баскетбол. Броски мяча в цель (мишень)	1	26.01.2024		
57	Баскетбол. Взаимодействия игроков. Тактические действия.	1	30.01.2024		
58	Баскетбол. Взаимодействия игроков. Тактические действия.	1	01.02.2024		
59	Баскетбол. Правила игры. Упрощенная игра	1	02.02.2024		
60	Баскетбол. Правила игры. Упрощенная игра	1	06.02.2024		
61	Правила игры в Футбол. Передачи мяча друг другу на месте и с продвижением	1	08.02.2024		
62	Правила игры в Футбол. Передачи мяча друг другу на месте и с продвижением	1	09.02.2024		
63	Правила игры в Футбол. Передачи мяча друг другу на месте и с продвижением	1	13.02.2024		
64	Футбол. Удары мяча по воротам. Упрощенная игра	1	15.02.2024		
65	Футбол. Удары мяча по воротам. Упрощенная игра	1	16.02.2024		
66	Футбол. Удары мяча по воротам. Упрощенная игра	1	20.02.2024		
67	Пионербол. Правила игры. Передачи мяча через сетку друг другу	1	22.02.2024		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

68	Пионербол. Правила игры. Передачи мяча через сетку друг другу	1	23.02.2024		
79	Пионербол. Правила игры. Передачи мяча через сетку друг другу	1	27.02.2024		
70	Пионербол. Правила игры. Упрощенная игра	1	29.02.2024		
71	Пионербол. Правила игры. Упрощенная игра	1	01.03.2024		
72	Пионербол. Правила игры. Упрощенная игра	1	05.02.2024		
73	Бадминтон. Правила игры. Захват ракетки. Имитация ударов	1	07.03.2024		
74	Бадминтон. Правила игры. Захват ракетки. Имитация ударов	1	08.03.2024		
75	Бадминтон. Правила игры. Удары по волану различными способами Передачи друг другу, работа в парах	1	12.03.2024		
76	Бадминтон. Правила игры. Удары по волану различными способами Передачи друг другу, работа в парах	1	14.03.2024		
77	Бадминтон. Правила игры. Удары по волану различными способами Передачи друг другу, работа в парах	1	15.03.2024		
78	Бочче. Правила игры. Броски мячей бочче махом сверху и снизу в различном направлении и на разное расстояние. Дартс	1	19.03.2024		
79	Бочче. Правила игры. Броски мячей бочче в квадрат (1м.х1м.) Упрощенная игра. Дартс	1	02.04.2024		
80	Теоретические сведения: Техника безопасности и правила поведения на уроках легкой атлетики. Виды соревнований по л/а.	1	04.04.2024		
81	Легкая атлетика: ходьба, бег, с изменением скорости и направления.	1	05.04.2024		
82	Легкая атлетика: ходьба, бег, с изменением скорости и направления.	1	09.04.2024		
83	Бег 60м. с высокого старта на результат	1	11.04.2024		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

84	Легкая атлетика: эстафетный бег с высокого старта	1	12.04.2024		
85	Легкая атлетика: эстафетный бег с высокого старта	1	16.04.2024		
86	Легкая атлетика: эстафетный бег с высокого старта	1	18.04.2024		
87	Легкая атлетика: прыжки в длину с места	1	19.04.2024		
88	Легкая атлетика: прыжки в длину с места	1	23.04.2024		
89	Легкая атлетика: прыжки в длину с разбега	1	25.04.2024		
90	Легкая атлетика: прыжки в длину с разбега	1	26.04.2021		
91	Легкая атлетика: прыжки в длину с разбега	1	30.04.2024		
92	Легкая атлетика: прыжки в высоту с разбега способом согнув ноги	1	02.05.2024		
93	Легкая атлетика: прыжки в высоту с разбега способом согнув ноги	1	03.05.2024		
94	Легкая атлетика: метание малого мяча в цель и на дальность	1	07.05.2024		
95	Легкая атлетика: метание малого мяча в цель и на дальность	1	09.05.2024		
96	Легкая атлетика: метание малого мяча на дальность с 3-х шагов	1	10.05.2024		
97	Легкая атлетика: метание малого мяча на дальность с 3-х шагов	1	14.05.2024		
98	Легкая атлетика: метание малого мяча в цель на результат	1	16.05.2024		
99	Легкая атлетика: броски набивного мяча (1кг) двумя руками махом сверху, снизу	1	17.05.2024		
100	Легкая атлетика: броски набивного мяча (1кг) двумя руками махом сверху, снизу	1	21.05.2024		
101	Игры-эстафеты с элементами л/а	1	23.05.2024		
102	Игры-эстафеты с элементами л/а	1	24.05.2024		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 755 "РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР АУТИЗМА"  
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**, Демьянчук Лариса  
Николаевна, Директор

12.01.24 14:47 (MSK)

Сертификат AE334E1DD3BD7D27C66749C6CC68167B