

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                                                                                                                                                           |            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>Рабочая программа</b> .....                                                                                                                                                                                                                                            | <b>3</b>   |
| Пояснительная записка .....                                                                                                                                                                                                                                               | 3          |
| Расширенное календарно-тематическое планирование по физической культуре для учащихся 5–9 классов, отнесенных по заключению врача к специальным медицинским группам с 3-м часом занятий оздоровительно-корректирующей направленности на 20__–20__ учебный год ...          | 11         |
| Вариант к расширенному календарно-тематическому планированию по физической культуре для учащихся 5–9 классов, отнесенных по заключению врача к подготовительной и специальной медицинским группам, с 3-м часом занятий обучения бадминтону на 20__–20__ учебный год ..... | 82         |
| <b>Ресурсное обеспечение</b> .....                                                                                                                                                                                                                                        | <b>141</b> |
| Подвижные игры, используемые на уроках физической культуры с учащимися, отнесенными по заключению врача к подготовительной и специальной медицинским группам .....                                                                                                        | 141        |
| Теоретический материал основ знаний по физической культуре для использования на занятиях по физической культуре с учащимися основной и средней (полной) школы, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе .....                                   | 144        |
| Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой .....                                                                                                                                                                                                                          | 153        |
| Самомассаж .....                                                                                                                                                                                                                                                          | 154        |
| Рациональное дыхание .....                                                                                                                                                                                                                                                | 155        |
| Упражнения на расслабление .....                                                                                                                                                                                                                                          | 156        |
| Гимнастика для глаз по методике Э. С. Аветисова .....                                                                                                                                                                                                                     | 156        |
| <b>Литература</b> .....                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>158</b> |