

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Кузбасса

Управление образования Топкинского муниципального округа

МБОУ "Шишинская СОШ"

СОГЛАСОВАНО  
на заседании педагогического совета  
МБОУ "Шишинская СОШ"

\_\_\_\_\_ (Золотарева О.В.)

Протокол №1  
от "30" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы

Прокопьюк Н.А.

Приказ №  
от "01" сентября 2022 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**(ID 4585878)**

учебного предмета

«Физическая культура»

для 1 класса начального общего образования  
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Тур Лилия Викторовна  
учитель физической культуры



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

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

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закалывающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

#### **Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

В 1 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 66 часов.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

---

**Знания о физической культуре.** Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

**Способы самостоятельной деятельности.** Режим дня и правила его составления и соблюдения.

**Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура.** Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

**Спортивно-оздоровительная физическая культура.** Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

**Прикладно-ориентированная физическая культура.** Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

---

### Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

### Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

*коммуникативные УУД:*

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

#### *регулятивные УУД:*

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

### **Предметные результаты**

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>								
1.1.	<b>Что понимается под физической культурой</b>	1	0	0	02.09.2022	обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями; которым обучают; школьников на уроках физической культуры; ; рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений; которые умеют выполнять; ;	Устный опрос;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
Итого по разделу		1						
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>								
2.1.	<b>Режим дня школьника</b>	1	0	1	07.09.2022	обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;;	Устный опрос;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
Итого по разделу		1						
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>								
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура</b>								
3.1.	<b>Личная гигиена и гигиенические процедуры</b>	1	0	0	14.09.2022	знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня;	Устный опрос;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
3.2.	<b>Осанка человека</b>	1	0	0	16.09.2022	знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;;	Устный опрос; практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
3.3.	<b>Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника</b>	1	0	0	20.09.2022	устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня;	Устный опрос; практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/</a>
Итого по разделу		3						
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>								
4.1.	<b>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры</b>	3	0	0	22.09.2022	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;;	Устный опрос; практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>



4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	3	0	0	27.09.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/</a>
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	3	0	0	29.09.2022	наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;;	Практическое занятие;;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/</a>
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	3	0	0	04.10.2022	наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/</a>
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	5	0	0	06.10.2022	наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/</a>
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	5	0	0	11.10.2022	по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу;;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/</a>
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	5	0	0	13.10.2022	разучивают имитационные упражнения техники передвижения на лыжах ступающим шагом, контролируют отдельные её элементы;;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/</a>
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	4	0	0	18.10.2022	обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера (передвижение учителя);;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0	0	20.10.2022	знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления);;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/</a>
4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	5	0	1	25.10.2022	наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/</a>
4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	20	1	0	27.10.2022	разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;;	практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/</a>
Итого по разделу		60						
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	0	08.11.2022	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	практическое занятие;	<a href="https://www.gto.ru/#gto-method">https://www.gto.ru/#gto-method</a>
Итого по разделу		1						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	1	2				



**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.	1	0	0	02.09.2022	Устный опрос; практическое занятие;
2.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.	1	0	0	07.09.2022	Устный опрос; практическое занятие;
3.	Способы самостоятельной деятельности. Режим дня	1	0	0	09.09.2022	Устный опрос;
4.	Правила составления режима дня и соблюдения. Подвижные игры.	1	0	1	14.09.2022	Устный опрос; Практическая работа;
5.	Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба.	1	0	0	16.09.2022	практическое занятие;
6.	Равномерный бег. Подвижные игры.	1	0	0	21.09.2022	практическое занятие;
7.	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами.	1	0	0	23.09.2022	практическое занятие;
8.	Прыжки в длину и в высоту с прямого разбега.	1	0	0	28.09.2022	практическое занятие;

9.	Отработка навыков выполнения упражнений со скакалкой: вращение кистью руки скакалки, сложенной вчетверо, — перед собой, сложенной вдвое — поочерёдно в лицевой, боковой плоскостях.	1	0	0	30.09.2022	практическое занятие;
10.	Прыжки через скакалку вперёд, назад.	1	0	0	05.10.2022	практическое занятие;
11.	Подвижные игры со скакалкой.	1	0	0	07.10.2022	практическое занятие;
12.	Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур.	1	0	0	12.10.2022	Устный опрос; практическое занятие;
13.	Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Подвижные игры.	1	0	0	14.10.2022	Устный опрос; практическое занятие;
14.	Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.	1	0	0	19.10.2022	практическое занятие;
15.	Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.	1	0	0	21.10.2022	Устный опрос;
16.	Подвижные игры с мячами. Подвижные игры.	1	0	0	26.10.2022	практическое занятие;
17.	Гимнастика с основами акробатики.	1	0	0	28.10.2022	практическое занятие;
18.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	0	09.11.2022	практическое занятие;
19.	Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте.	1	0	0	11.11.2022	практическое занятие;

20.	Повороты направо и налево. Подвижные игры.	1	0	0	16.11.2022	практическое занятие;
21.	Передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	1	0	0	18.11.2022	практическое занятие;
22.	Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом. Подвижные игры.	1	0	0	23.11.2022	практическое занятие;
23.	Упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1	0	0	25.11.2022	практическое занятие;
24.	Стилизованные гимнастические прыжки. Подвижные игры.	1	0	0	30.11.2022	практическое занятие ;
25.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе.	1	0	0	02.12.2022	практическое занятие;
26.	Подъём ног из положения лёжа на животе. Подвижные игры.	1	0	0	07.12.2022	практическое занятие;
27.	Сгибание рук в положении упор лёжа.	1	0	0	09.12.2022	практическое занятие ;
28.	Прыжки в группировке, толчком двумя ногами.	1	0	0	14.12.2022	практическое занятие;
29.	Прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1	0	0	16.12.2022	практическое занятие;
30.	Перекаты в группировке. Подвижные игры.	1	0	0	21.12.2022	практическое занятие;
31.	Группировка, кувырок в сторону. Подвижные игры.	1	0	0	23.12.2022	практическое занятие;
32.	Кувырок вперед.	1	0	0	28.12.2022	практическое занятие;
33.	Кувырок назад.	1	0	0	18.01.2023	практическое занятие;
34.	Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия.	1	0	0	20.01.2023	практическое занятие;

35.	Основная стойка лыжника. Подвижные игры.	1	0	0	25.01.2023	практическое занятие;
36.	Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	1	0	0	27.01.2023	практическое занятие;
37.	Передвижение на лыжах ступающим шагом (с палками).	1	0	0	01.02.2023	практическое занятие;
38.	Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	1	0	0	03.02.2023	практическое занятие;
39.	Передвижение на лыжах скользящим шагом (с палками).	1	0	0	08.02.2023	Практическое занятие;
40.	Лыжная подготовка. Спуски.	1	0	0	10.02.2023	практическое занятие;
41.	Лыжная подготовка. Торможения.	1	0	0	15.02.2023	практическое занятие ;
42.	Лыжная подготовка. Повороты.	1	0	0	17.02.2023	практическое занятие;
43.	Лыжная подготовка. Подъёмы.	1	0	0	01.03.2023	практическое занятие;
44.	Игровые задания с мячом.	1	0	0	03.03.2023	практическое занятие;
45.	Комплекс упражнений утренней гимнастики.	1	0	0	08.03.2023	практическое занятие;
46.	Лазание по гимнастической стенке. Подвижные игры.	1	0	0	10.03.2023	практическое занятие;
47.	Вводный инструктаж. Первичный инструктаж по Т/б. на занятиях подвижными играми.	1	0	0	15.03.2023	Устный опрос; практическое занятие;
48.	Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	1	0	0	17.03.2023	практическое занятие;
49.	Ведение мяча на месте, по прямой, по 1 дуге.	1	0	0	22.03.2023	практическое занятие;
50.	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.	1	0	0	24.03.2023	практическое занятие;

51.	Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому».	1	0	0	05.04.2023	практическое занятие;
52.	Ловля мяча на месте и в движении.	1	0	0	07.04.2023	практическое занятие;
53.	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».	1	0	0	12.04.2023	практическое занятие;
54.	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).	1	0	0	14.04.2023	практическое занятие;
55.	Броски мяча в кольцо с места.	1	0	0	19.04.2023	практическое занятие;
56.	Подвижная игра "Два капитана".	1	0	0	21.04.2023	практическое занятие;
57.	Промежуточная аттестация. Нормативы физического развития. Итоговый тест.	1	0	0	26.04.2023	практическое занятие;
58.	Техника прыжка в длину с места. Подвижная игра "Перестрелка".	1	0	0	28.04.2023	практическое занятие;
59.	Прыжок в длину с места.	1	0	0	03.05.2023	практическое занятие;
60.	Техника высокого старта. Подвижные игры.	1	0	0	05.05.2023	практическое занятие;
61.	Бег на 30 м с высокого старта.	1	0	0	10.05.2023	практическое занятие;
62.	Техника метания малого мяча.	1	0	0	12.05.2023	практическое занятие;
63.	Метание малого мяча на точность.	1	0	0	17.05.2023	практическое занятие;
64.	Основные правила личной гигиены.	1	0	0	19.05.2023	Устный опрос;
65.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	0	0	24.05.2023	практическое занятие;

66.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	0	0	26.05.2023	практическое занятие;
67.		1				
68.		1				
69.		1				
70.		1				
71.		1				
72.		1				
73.		1				
74.		1				
75.		1				
76.		1				
77.		1				
78.		1				
79.		1				
80.		1				
81.		1				
82.		1				
83.		1				
84.		1				
85.		1				
86.		1				
87.		1				
88.		1				
89.		1				
90.		1				
91.		1				
92.		1				
93.		1				
94.		1				
95.		1				



96.		1				
97.		1				
98.		1				
99.		1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	1		

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;  
Введите свой вариант:

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<https://resh.edu.ru/>

<https://vse-kursy.com/read/539-uroki-basketbola-onlain-dlya-nachinayuschih.html>

<https://vse-kursy.com/read/538-uroki-voleibola-besplatnye-video.html>

<https://vse-kursy.com/read/448-uprazhneniya-dlya-razvitiya-futbolnoi-tehniki-i-driblinga-video-uroki.html>

<https://user.gto.ru/#gto-method>

# **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

---

## **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Спортивный инвентарь

## **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Спортивный инвентарь

