

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Белгородской области

Муниципальное образование "Ровеньский район" Белгородской области

МБОУ "Ржевская основная общеобразовательная школа"

РАССМОТРЕНА

МО учителей, осуществляющих образовательный процесс на уровне НОО

Руководитель МО

Л.В. Евсюкова Евсюкова Л.В.

Протокол № 4

от «29» августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНА

Заместитель директора

МБОУ «Ржевская основная общеобразовательная школа»

С.Н. Степанченко Степанченко С.Н.

« 29 » августа 2022 г.

УТВЕЖДЕНА

Директор МБОУ «Ржевская основная общеобразовательная школа»

И.И. Евсюкова Евсюкова И.И.

Приказ № 203

от « 31 » августа 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3348244)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 1 класса начального общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Ряднов Иван Сергеевич

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, закаливающих 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, осознанию 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 3 часа в неделю, суммарно 96 часов. Так как примерная рабочая программа по физической культуре на уровень начального общего образования рассчитана на 3 часа, а по учебному плану 2 часа, программный материал уплотняется. Учебный план МБОУ «Ржевская основная общеобразовательная школа» на 2022-2023 учебный год отводит для изучения учебного предмета «Физическая культура» в 1 классе 2 учебных часа в учебную пятидневную неделю, 66 часов в учебном году.

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 физкультурминуток 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				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	2	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;	
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника	2	0	0	05.09.2022 09.09.2022	обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;;	Устный опрос;	
Итого по разделу		2						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	12.09.2022 16.09.2022	знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня;	Устный опрос;	
3.2.	Осанка человека	1	0	0	19.09.2022 22.09.2022	знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;;	Устный опрос;	
3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	26.09.2022 29.09.2022	обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;	Устный опрос;	
Итого по разделу		3						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	2	0	0	30.09.2022	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;;	Устный опрос;	
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	3	0	0	04.10.2022 07.10.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;;	Практическая работа;	
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	3	0	0	11.10.2022 14.10.2022	наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;;	Практическая работа;	
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	4	0	0	18.10.2022 21.10.2022	наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;;	Практическая работа;	

4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	4	0	0	25.10.2022 28.10.2022	обучаются подъёму ног из положения лёжа на животе;; обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа;; разучивают прыжки в группировке, толчком двумя ногами;; разучивают прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами;	Практическая работа;	
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	3	0	0	14.01.2023 31.01.2023	разучивают способы передвижения в колонне по два с лыжами в руках;	Практическая работа;	
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	4	0	0	01.02.2023 08.02.2023	наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя ступающим шагом, уточняют отдельные её элементы;;	Практическая работа;	
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	3	0	0	03.04.2023 10.04.2023	обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера (передвижение учителя);;	Практическая работа;	
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	3	0	0	11.04.2023 17.04.2023	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);;	Практическая работа;	
4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	4	0	0	18.04.2023 25.04.2023	наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);;	Практическая работа;	
4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	20	0	0	26.04.2023 10.05.2023	разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих;;	Практическая работа;	
Итого по разделу		54						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	5	0	0	11.05.2023 18.05.2023	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Практическая работа;	
Итого по разделу		5						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Урок физической культуры в школе	1	0	0	05.09.2022	Устный опрос;
2.	Режим дня школьника	1	0	0	12.09.2022	Устный опрос;
3.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	19.09.2022	Устный опрос;
4.	Осанка человека	1	0	0	26.09.2022	Устный опрос;
5.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	03.10.2022	Практическая работа;
6.	Правила поведения на уроке физической культуры	1	0	0	10.10.2022	Практическая работа;
7.	Исходные положения в физических упражнениях	1	0	0	31.10.2022	Практическая работа;
8.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1	0	0	03.11.2022	Практическая работа;
9.	Построение в одну и в две шеренги. Построение в одну и в две колонны.	1	0	0	02.11.2022	Практическая работа;
10.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Повороты направо, налево, кругом на месте.	1	0	0	07.11.2022	Практическая работа;
11.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Движение в одной колонне с равномерной скоростью.	1	0	0	09.11.2022	Практическая работа;

12.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге.	1	0	0	14.11.2022	Практическая работа;
13.	Специальные беговые упражнения. Бег на 30 метров с высокого старта	1	0	0	16.11.2022	Практическая работа;
14.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения	1	0	0	21.11.2022	Практическая работа;
15.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3x10 с высокого старта	1	0	0	23.11.2022	Практическая работа;
16.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Челночный бег 3x10м.	1	0	0	28.11.2022	Практическая работа;
17.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1	0	0	30.11.2022	Практическая работа;
18.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	0	05.12.2022	Практическая работа;
19.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке.	1	0	0	12.12.2022	Практическая работа;

20.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1	0	0	14.12.2022	Практическая работа;
21.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО.Метание теннисного мяча в цель.	1	0	0	19.12.2022	Практическая работа;
22.	Инструктаж по технике безопасности на уроках подвижных игр. Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры	1	0	0	21.11.2022	Практическая работа;
23.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом	1	0	0	09.01.2022	Практическая работа;
24.	Встречные эстафеты с элементами футбола, подвижные игры	1	0	0	11.01.2022	Практическая работа;
25.	Встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало».	1	0	0	16.01.2022	Практическая работа;
26.	Эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Перестрелка».	1	0	0	16.01.2022	Практическая работа;
27.	Эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему»,	1	0	0	18.01.2022	Практическая работа;
28.	Эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1	0	0	18.01.2022	Практическая работа;

29.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу».	1	0	0	23.01.2022	Практическая работа;
30.	Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1	0	0	23.01.2022	Практическая работа;
31.	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки. Строевые команды в лыжной подготовке. Правила подбора лыжного инвентаря и одежды для занятий лыжной подготовкой.	1	0	0	25.01.2023	Практическая работа;
32.	Ступающий шаг, скользящий шаг.	1	0	0	25.01.2023	Практическая работа;
33.	Построение на лыжах. Ступающий шаг.	1	0	0	30.01.2023	Практическая работа;
34.	Построение на лыжах. Скользящий шаг.	1	0	0	30.01.2023	Практическая работа;
35.	Передвижение на лыжах ступающим шагом.	1	0	0	01.02.2023	Практическая работа;
36.	Передвижение на лыжах скользящим шагом.	1	0	0	01.02.2023	Практическая работа;
37.	Скользящий шаг. Игры на лыжах.	1	0	0	06.02.2023	Практическая работа;
38.	Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. Гимнастические упражнения. Комплекс упражнений с мячом и скакалкой.	1	0	0	08.02.2023	Практическая работа;

39.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	0	13.02.2023	Практическая работа;
40.	Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте.	1	0	0	15.02.2023	Практическая работа;
41.	Строевые упражнения: повороты направо и налево.	1	0	0	15.02.2023	Практическая работа;
42.	Строевые упражнения: передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	1	0	0	27.02.2023	Практическая работа;
43.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе.	1	0	0	27.02.2023	Практическая работа;
44.	Акробатические упражнения: сгибание рук в положении упор лёжа.	1	0	0	01.03.2023	Практическая работа;
45.	Прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1	0	0	02.03.2023	Практическая работа;
46.	Гимнастические упражнения. Комплекс упражнений с мячом и скакалкой.	1	0	0	06.03.2023	Практическая работа;
47.	Акробатические упражнения. Подъем туловища из положения лежа на животе и спине. сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1	0	0	08.03.2023	Практическая работа;
48.	Акробатические упражнения. Подтягивание на низкой перекладине.	1	0	0	13.03.2023	Практическая работа;
49.	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Прыжок в длину с места	1	0	0	15.03.2023	Практическая работа;

50.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	20.03.2023	Практическая работа;
51.	Прыжок в длину с места	1	0	0	22.03.2023	Практическая работа;
52.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	03.04.2023	Практическая работа;
53.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3x10 с	1	0	0	05.04.2023	Практическая работа;
54.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Челночный бег 3x10м.	1	0	0	10.04.2023	Практическая работа;
55.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1	0	0	12.04.2023	Практическая работа;
56.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	0	17.04.2023	Практическая работа;
57.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке.	1	0	0	19.04.2023	Практическая работа;
58.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1	0	0	24.04.2023	Практическая работа;

59.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО.Метание теннисного мяча в цель.	1	0	0	26.04.2023	Практическая работа;
60.	Подвижные игры. Эстафета с прыжками с ноги на ногу.	1	0	0	01.05.2023	Практическая работа;
61.	Подвижные игры. "Охотники и утки".	1	0	0	03.05.2023	Практическая работа;
62.	Подвижные игры «Пятнашки», «Кот и мыши».	1	0	0	08.05.2023	Практическая работа;
63.	Подвижные игры. Весёлые старты.	1	0	0	10.05.2023	Практическая работа;
64.	Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками	1	0	0	15.05.2023	Практическая работа;
65.	Подвижные игры.«Пустое место».	1	0	0	17.05.2023	Практическая работа;
66.	Подвижные игры. Эстафета с мячами, скакалками	1	0	0	22.05.2023	Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Белов В. И. Жизнь без лекарств: В 2 т. - М.:КСП, С-Петербург: Респекс, 1995. - (Библиотека нетрадиционной медицины).

2. Валеологические аспекты образования. / Под ред. Э. М. Казина, Т. С. Папиной, Н. П. Неворотовой - Кемерово: Изд-во облИУУ, 1995.

3. Васьков Ю. В. Раздел "Основы знаний" // Физическая культура в школе. - 1989.-N9.-С. 18-21; 1989.-Ы П.-С. 1649; 1990.-N2.-С. 11-14; 1990.-N4.-С. 15-18; 1990.-N 8.-С. 15-19; 1990.-N П. -С. 27-30; 1991.-N 5. - С. 20-25; 1991.- N1,- С. 19-22; 1992.-К 11-12. -С. 12-14.

4. Коровина Л. А. Формирование у учащихся основ знаний по физической культуре. Кемерово 1999.

5. Матвеев А. П., Мельников С. Б. Методика физического воспитания с основами теории. - М.: Просвещение, 1991.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://spo.1september.ru/>

<http://www.sportreferats.narod.ru/>

<http://methodsovet.su>

<http://sportteacher.ru/structure/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

