

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и молодежной политики Свердловской  
области**

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ**

**Г.ЕКАТЕРИНБУРГА**

**МАОУ СОШ № 48**

РАССМОТРЕНО

[рук. МО нач.кл.]

—

[Евдокимова Л.М]

СОГЛАСОВАНО

[Зам.директора по

УД]

—

[Оборина В.М..]

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 48

Л. Б. Пичугина

Приказ № 80/4

«30» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 396634)

**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 1 – 4 классов

Екатеринбург, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом 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 по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников 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 обучающихся. 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 обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся 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 обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся 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, 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 являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися 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 обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся 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 программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. 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.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 1 КЛАСС

### *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.

## 2 КЛАСС

### ***Знания о физической культуре***

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

#### ***Способы самостоятельной деятельности***

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

#### ***Физическое совершенствование***

##### ***Оздоровительная физическая культура***

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

##### ***Спортивно-оздоровительная физическая культура***

##### ***Гимнастика с основами акробатики***

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

##### ***Лыжная подготовка***

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

##### ***Лёгкая атлетика***

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

##### ***Подвижные игры***

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

##### ***Прикладно-ориентированная физическая культура***

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

## **3 КЛАСС**

### ***Знания о физической культуре***

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

### ***Способы самостоятельной деятельности***

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

### ***Физическое совершенствование***

#### ***Оздоровительная физическая культура***

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

#### ***Спортивно-оздоровительная физическая культура.***

#### ***Гимнастика с основами акробатики***

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

#### ***Лёгкая атлетика***

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

#### ***Лыжная подготовка***

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

#### ***Плавательная подготовка.***

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками, погружение в воду и всплытие, скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

#### ***Подвижные и спортивные игры***

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.*

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **4 КЛАСС**

### ***Знания о физической культуре***

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

### ***Способы самостоятельной деятельности***

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

### ***Физическое совершенствование***

#### *Оздоровительная физическая культура*

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

#### *Спортивно-оздоровительная физическая культура*

##### Гимнастика с основами акробатики

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

##### Лёгкая атлетика

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

##### Лыжная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

##### Плавательная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.



# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности 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.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- 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**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- 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 универсальные учебные действия:**

- 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 обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- 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.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **1 КЛАСС**

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- 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.

## 2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- – выполнять упражнения на развитие физических качеств.

## 3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;

- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.

#### 4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Режим дня школьника	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Гигиена человека	1			Поле для свободного ввода
1.2	Осанка человека	1			Поле для свободного ввода
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			Поле для свободного ввода
2.2	Лыжная подготовка	10			Поле для свободного ввода
2.3	Легкая атлетика	14			Поле для свободного ввода
2.4	Подвижные и спортивные игры	13			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		51			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0	



## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	7			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		7			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			Поле для свободного ввода
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			Поле для свободного ввода
2.2	Лыжная подготовка	12			Поле для свободного ввода

2.3	Легкая атлетика	10			Поле для свободного ввода
2.4	Подвижные игры	15			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		47			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			Поле для свободного ввода
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			Поле для свободного ввода
2.3	Физическая нагрузка	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		4			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Закаливание организма	1			Поле для свободного ввода
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	16			Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	10			Поле для свободного ввода
2.3	Лыжная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.4	Плавательная подготовка	12			Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	16			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		66			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

## 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2			Поле для свободного ввода
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		4			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			Поле для свободного ввода
1.2	Закаливание организма	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	6			Поле для свободного ввода
2.3	Лыжная подготовка	10			Поле для свободного ввода
2.4	Плавательная подготовка	7			Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	10			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		43			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	18			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		18			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Что такое физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	1	4.09.2023- 8.09.2023
2	Режим дня и правила его составления и соблюдения.	1	0	1	4.09.2023- 8.09.2023
3	Личная гигиена и гигиенические процедуры. Современные физические упражнения.	1	0	1	11.09.2023- 15.09.2023
4	Инструктаж по охране труда по лёгкой атлетике (ИУ 012-21). Чем отличается ходьба от бега . Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы.	1	0	1	11.09.2023- 15.09.2023
5	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	1	18.09.2023- 22.09.2023
6	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения.	1	0	1	18.09.2023- 22.09.2023
7	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры.	1	0	1	25.09.2023- 29.09.2023
8	Правила выполнения прыжка в длину с места. Разучивание одновременного отталкивания двумя	1	0	1	25.09.2023- 29.09.2023

	ногами. Обучение прыжку в длину с места в полной координации.				
9	Разучивание фазы приземления из прыжка. Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега.	1	0	1	2.10.2023- 6.10.2023
10	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке. Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1	0	1	2.10.2023- 6.10.2023
11	Инструктаж по охране труда по подвижным играм (ИУ 012-21). Подвижные игры. Считалки для подвижных игр. Основные правила,	1	0	1	9.10.2023- 13.10.2023
12	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр.	1	0	1	9.10.2023- 13.10.2023
13	Обучение способам организации игровых площадок.	1	0	1	16.10.2023- 20.10.2023
14	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	0	1	16.10.2023- 20.10.2023
15	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	0	1	23.10.2023- 27.10.2023
16	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	0	1	23.10.2023- 27.10.2023
17	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	1	6.11.2023- 10.11.2023
18	Инструктаж по охране труда по гимнастике (ИУ 012-21). Понятие гимнастики и спортивной гимнастики. Акробатические упражнения, основные техники.	1	0	1	6.11.2023- 10.11.2023
19	Осанка человека. Упражнения для осанки. Исходные положения в физических упражнениях	1	0	1	13.11.2023- 17.11.2023
20	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в	1	0	1	13.11.2023- 17.11.2023



	режиме дня школьника. Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)				
21	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1	0	1	20.11.2023-24.11.2023
22	Способы построения и повороты стоя на месте. Сгибание рук в положении упор лежа.	1	0	1	20.11.2023-24.11.2023
23	Гимнастические упражнения в прыжках. Приземление после спрыгивания с горки матов	1	0	1	27.11.2023-1.12.2023
24	Учимся гимнастическим упражнениям. Гимнастические упражнения со скакалкой..	1	0	1	27.11.2023-1.12.2023
25	Разучивание прыжков в группировке.	1	0	1	4.12.2023-8.12.2023
26	Подъем ног из положения лежа на животе	1	0	1	4.12.2023-8.12.2023
27	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	0	1	11.12.2023-15.12.2023
28	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1	0	1	11.12.2023-15.12.2023
29	Гимнастические упражнения с мячом.	1	0	1	18.12.2023-22.12.2023
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	18.12.2023-22.12.2023
31	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0	1	25.12.2023-29.12.2023
32	Подъем туловища из положения лежа на спине и	1	0	1	25.12.2023-29.12.2023

	животе. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами				
33	Инструктаж по охране труда на уроках по лыжной подготовке (ИУ 012-21).	1	0	1	8.01.2024-12.01.2024
34	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	1	8.01.2024-12.01.2024
35	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	1	15.01.2024-19.01.2024
36	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	1	15.01.2024-19.01.2024
37	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	1	22.01.2024-26.01.2024
38	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	1	22.01.2024-26.01.2024
39	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1	29.01.2024-2.02.2024
40	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1	29.01.2024-2.02.2024
41	Упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1	5.02.2024-9.02.2024
42	Прохождение дистанции 500 м в медленном темпе	1	0	1	5.02.2024-9.02.2024
43	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	0	1	19.02.2024-23.02.2024
44	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	0	1	26.02.2024-

					1.03.2024
45	Упражнения в передвижении с изменением скорости. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	0	1	26.02.2024-1.03.2024
46	Эстафеты в передвижении на лыжах	1	0	1	4.03.2024-8.03.2024
47	Инструктаж по охране труда на уроках по подвижным играм (ИУ 012-21)..	1	0	1	4.03.2024-8.03.2024
48	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	1	11.03.2024-15.03.2024
49	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	1	11.03.2024-15.03.2024
50	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	1	18.03.2024-22.03.2024
51	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	1	18.03.2024-22.03.2024
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	1	1.04.2024-5.04.2024
53	Техника передачи мяча обеими руками в парах на месте в подвижной игре.	1	0	1	1.04.2024-5.04.2024
54	Подвижные игры на материале баскетбол (эстафета с мячом).	1	0	1	8.04.2024-12.04.2024
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	1	8.04.2024-12.04.2024
56	Инструктаж по охране труда на уроках по легкой атлетике (ИУ 012-21).	1	0	1	15.04.2024-19.04.2024
57	Прыжковые упражнения в длину и высоту.	1	0	1	15.04.2024-

					19.04.2024
58	Повторение техники прыжка в высоту с прямого разбега.	1	0	1	22.04.2024-26.04.2024
59	Броски большого мяча (1кг) на дальность разными способами ( сидя на полу).	1	0	1	22.04.2024-26.04.2024
60	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением. Челночный бег	1	0	1	29.04.2024-1.05.2024
61	Метание мяча в вертикальную цель. Выполнение бега на короткую дистанцию 30м.	1	0	1	29.04.2024-1.05.2024
62	Подвижные игры на материале легкой атлетике: прыжки, бег.	1	0	1	6.05.2023-10.05.2024
63	Метание малого мяча на дальность с места. Подвижные игры на материале легкой атлетике: метание и броски.	1	0	1	6.05.2023-10.05.2024
64	Выполнение бега на длинную дистанцию 1000 м.	1	0	1	13.05.2023-17.05.2024
65	Подвижные игры на материале легкой атлетике: упражнения на координацию, выносливости и быстроту.	1	0	1	13.05.2023-17.05.2024
66	Личная гигиена и гигиенические процедуры.	1	0	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по охран труда (ИУ 012-21).. История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	1	4.09.2023-8.09.2023
2	Инструктаж по охран труда по легкой атлетике(ИУ 012-21).. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1	4.09.2023-8.09.2023
3	Зарождение Олимпийских игр. Современные Олимпийские игры. Физическое развитие.	1	0	1	11.09.2023-15.09.2023
4	Физические качества. Сила как физическое качество.	1	0	1	11.09.2023-15.09.2023
5	Быстрота как физическое качество. Беговые упражнения с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением.	1	0	1	18.09.2023-22.09.2023
6	Выносливость как физическое качество. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (выносливости).	1	0	1	18.09.2023-22.09.2023
7	Развитие координации движений. Беговые упражнения с изменяющимся направлением движения	1	0	1	25.09.2023-29.09.2023
8	Прыжковые упражнения. Прыжковые	1	0	1	25.09.2023-29.09.2023

	упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением.				
9	Броски мяча в неподвижную мишень. Метание малого мяча в вертикальную цель.	1	0	1	2.10.2023-6.10.2023
10	Инструктаж по охране труда на уроках по баскетболу Инструктаж по охран труда по легкой атлетике (ИУ 012-21) . Специальные передвижения без мяча.	1	0	1	2.10.2023-6.10.2023
11	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу. Ловля и передача мяча на месте.	1	0	1	9.10.2023-13.10.2023
12	Повторение техники ведения мяча на месте.	1	0	1	9.10.2023-13.10.2023
13	Обучение ведения мяча правой и левой рукой в шаге.	1	0	1	16.10.2023-20.10.2023
14	Повторение техники ведения мяча в шаге по прямой линии.	1	0	1	16.10.2023-20.10.2023
15	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1	23.10.2023-27.10.2023
16	Игры с приемами баскетбола.	1	0	1	23.10.2023-27.10.2023
17	Инструктаж по охране труда на уроках по гимнастике (ИУ 012-21). Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	1	6.11.2023-10.11.2023
18	Строевые упражнения и команды. Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений.	1	0	1	6.11.2023-10.11.2023
19	Гимнастическая разминка. Утренняя зарядка.	1	0	1	13.11.2023-

					17.11.2023
20	Гибкость как физическое качество. Составление комплекса утренней зарядки.	1	0	1	13.11.2023- 17.11.2023
21	Акробатические упражнения: упоры, седы, упражнения в группировке. Ходьба на гимнастической скамейке.	1	0	1	20.11.2023- 24.11.2023
22	Дневник наблюдений по физической культуре. Перекаты: обучение техники из стойки на лопатках перекаат вперед.	1	0	1	20.11.2023- 24.11.2023
23	Упражнения с гимнастической скакалкой. Акробатические упражнения: стойка на лопатках, согнув ноги	1	0	1	27.11.2023- 1.12.2023
24	Танцевальные гимнастические движения. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания.	1	0	1	27.11.2023- 1.12.2023
25	Подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием упражнений на внимание.	1	0	1	4.12.2023- 8.12.2023
26	Совершенствование техники акробатических упражнений. Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1	4.12.2023- 8.12.2023
27	Лазание по канату произвольным способом. Прыжки со скакалкой.	1	0	1	11.12.2023- 15.12.2023
28	Акробатические упражнения: кувырок в группировке в сторону. Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	11.12.2023- 15.12.2023
29	Инструктаж по охране труда на уроках по	1	0	1	18.12.2023-

	подвижным играм (ИУ 012-21). История подвижных игр и соревнований у древних народов.				22.12.2023
30	Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	1	0	1	18.12.2023-22.12.2023
31	Инструктаж по охране труда на уроках по лыжной подготовке (ИУ 012-21). Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой.	1	0	1	25.12.2023-29.12.2023
32	Построение с лыжным инвентарём. Передвижение на лыжах скользящим шагом без палок.	1	0	1	25.12.2023-29.12.2023
33	Обучение техники передвижения на лыжах скользящим шагом с палками.	1	0	1	8.01.2024-12.01.2024
34	Повороты переступанием на месте и после движения.	1	0	1	8.01.2024-12.01.2024
35	Выполнение техники скользящего шага без палок.	1	0	1	15.01.2024-19.01.2024
36	Скользящий шаг с палками. Поворот переступанием на месте	1	0	1	15.01.2024-19.01.2024
37	Обучение техники подъема ступающим шагом на склон с палками и спуска в низкой стойке.	1	0	1	22.01.2024-26.01.2024
38	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1	22.01.2024-26.01.2024



39	Спуск с горы в основной стойке. Подъем лесенкой.	1	0	1	29.01.2024-2.02.2024
40	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	1	29.01.2024-2.02.2024
41	Совершенствование техники скользящего шага с палками (техника отталкивания палкой).	1	0	1	5.02.2024-9.02.2024
42	Торможение лыжными палками. Эстафеты в передвижении на лыжах.	1	0	1	5.02.2024-9.02.2024
43	Торможение падением на бок. Спуски с горы в низкой стойке.	1	0	1	12.02.2024-16.02.2024
44	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	12.02.2024-16.02.2024
45	Сдача контрольного норматива - прохождение дистанции 1000 м.	1	1	0	19.02.2024-23.02.2024
46	Инструктаж по охране труда на уроках по футболу (ИУ 012-21). Удар по неподвижному мячу.	1	0	1	19.02.2024-23.02.2024
47	Удар по неподвижному мячу. Остановка мяча.	1	0	1	26.02.2024-1.03.2024
48	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	26.02.2024-1.03.2024
49	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	4.03.2024-8.03.2024
50	Футбольный бильярд. Бросок ногой. Подвижные игры на материале футбола.	1	0	1	4.03.2024-8.03.2024
51	Инструктаж по охране труда на уроках по	1	0	1	11.03.2024-

	баскетболу (ИУ 012-21). Техника передачи мяча от груди на месте.				15.03.2024
52	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок . Прием «волна» в баскетболе.	1	0	1	11.03.2024-15.03.2024
53	Совершенствование техники ведения мяча в шаге по прямой линии.	1	0	1	18.03.2024-22.03.2024
54	Игры с приемами баскетбола. Подвижные игры на материале баскетбол (эстафета с элементами баскетбола)	1	0	1	18.03.2024-22.03.2024
55	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».	1	0	1	1.04.2024-5.04.2024
56	Инаструктаж по ахране труда по легкой атлетике (ИУ 012-21). Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1	1.04.2024-5.04.2024
57	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1	8.04.2024-12.04.2024
58	Бег с поворотами и изменением направлений .Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	8.04.2024-12.04.2024
59	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперед и стороны, разведением и сведением рук	1	0	1	15.04.2024-19.04.2024
60	Сложно координированные беговые упражнения. Метание малого мяча с места в цель на расстояние 6 м.	1	0	1	15.04.2024-19.04.2024
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики.	1	0	1	22.04.2024-26.04.2024

	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты				
62	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук. Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами (сидя на полу).	1	0	1	22.04.2024- 26.04.2024
63	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени. Беговые упражнения из разных исходных положений. Челночный бег.	1	0	1	29.04.2024- 1.05.2024
64	Обучение техники метания мяча на дальность. Выполнение бега на короткую дистанцию 30 м.	1	0	1	29.04.2024- 1.05.2024
65	Подвижные игры на материале легкой атлетике: прыжки, бег.	1	0	1	6.05.2023- 10.05.2024
66	Метание малого мяча на дальность. Подвижные игры на материале легкой атлетике: метание и броски.	1	0	1	6.05.2023- 10.05.2024
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1	13.05.2023- 17.05.2024
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1	13.05.2023- 17.05.2024
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	2	66	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1				Поле для свободного ввода1
2	История появления современного спорта	1				Поле для свободного ввода1
3	Виды физических упражнений	1				Поле для свободного ввода1
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				Поле для свободного ввода1
5	Дозировка физических нагрузок	1				Поле для свободного ввода1
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1				Поле для свободного ввода1
7	Закаливание организма под душем	1				Поле для свободного ввода1
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1				Поле для

						свободного ввода1
9	Строевые команды и упражнения	1				Поле для свободного ввода1
10	Строевые команды и упражнения	1				Поле для свободного ввода1
11	Лазанье по канату	1				Поле для свободного ввода1
12	Лазанье по канату	1				Поле для свободного ввода1
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1				Поле для свободного ввода1
15	Передвижения по гимнастической стенке	1				Поле для свободного ввода1
16	Передвижения по гимнастической стенке	1				Поле для свободного ввода1
17	Прыжки через скакалку	1				Поле для свободного

						ввода1
18	Прыжки через скакалку	1				Поле для свободного ввода1
19	Ритмическая гимнастика	1				Поле для свободного ввода1
20	Ритмическая гимнастика	1				Поле для свободного ввода1
21	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				Поле для свободного ввода1
22	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				Поле для свободного ввода1
23	Танцевальные упражнения из танца полька	1				Поле для свободного ввода1
24	Танцевальные упражнения из танца полька	1				Поле для свободного ввода1
25	Прыжок в длину с разбега	1				Поле для свободного ввода1
26	Прыжок в длину с разбега	1				Поле для свободного ввода1

27	Броски набивного мяча	1				Поле для свободного ввода1
28	Броски набивного мяча	1				Поле для свободного ввода1
29	Челночный бег	1				Поле для свободного ввода1
30	Челночный бег	1				Поле для свободного ввода1
31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				Поле для свободного ввода1
32	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				Поле для свободного ввода1
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				Поле для свободного ввода1
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				Поле для свободного ввода1
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				Поле для свободного ввода1
36	Передвижение на лыжах	1				Поле для

	одновременным двухшажным ходом					свободного ввода1
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				Поле для свободного ввода1
38	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				Поле для свободного ввода1
39	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				Поле для свободного ввода1
40	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				Поле для свободного ввода1
41	Повороты на лыжах способом переступания	1				Поле для свободного ввода1
42	Повороты на лыжах способом переступания	1				Поле для свободного ввода1
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				Поле для свободного ввода1
44	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				Поле для свободного ввода1
45	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				Поле для свободного



						ввода1
46	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				Поле для свободного ввода1
47	Правила поведения в бассейне	1				Поле для свободного ввода1
48	Разучивание специальных плавательных упражнений	1				Поле для свободного ввода1
49	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1				Поле для свободного ввода1
50	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1				Поле для свободного ввода1
51	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплытие	1				Поле для свободного ввода1
52	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплытие	1				Поле для свободного ввода1
53	Упражнения в плавании кролем на груди	1				Поле для свободного ввода1
54	Упражнения в плавании кролем на груди	1				Поле для свободного ввода1

55	Упражнения в плавании брассом	1				Поле для свободного ввода1
56	Упражнения в плавании брассом	1				Поле для свободного ввода1
57	Упражнения в плавании дельфином	1				Поле для свободного ввода1
58	Упражнения в плавании дельфином	1				Поле для свободного ввода1
59	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Поле для свободного ввода1
60	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Поле для свободного ввода1
61	Спортивная игра баскетбол	1				Поле для свободного ввода1
62	Спортивная игра баскетбол	1				Поле для свободного ввода1
63	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				Поле для свободного ввода1
64	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и	1				Поле для

	передача мяча двумя руками					свободного ввода1
65	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1
66	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Поле для свободного ввода1
67	Спортивная игра волейбол	1				Поле для свободного ввода1
68	Спортивная игра волейбол	1				Поле для свободного ввода1
69	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Поле для свободного ввода1
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Поле для свободного ввода1
71	Спортивная игра футбол	1				Поле для свободного ввода1
72	Спортивная игра футбол	1				Поле для свободного ввода1
73	Подвижные игры с приемами футбола	1				Поле для свободного

						ввода1
74	Подвижные игры с приемами футбола	1				Поле для свободного ввода1
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1				Поле для свободного ввода1
76	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				Поле для свободного ввода1
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Поле для свободного ввода1
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Поле для свободного ввода1
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Поле для свободного ввода1
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				Поле для свободного

	ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения					ввода1
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
89	Освоение правил и техники	1				Поле для

	выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					свободного ввода1
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				Поле для свободного

	ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры					ввода1
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Поле для свободного ввода1
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				Поле для свободного ввода1
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				Поле для свободного ввода1

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	0	0	



#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Инструктаж по технике безопасности на уроках по физической культуре (ИУ 012-21). Из истории развития физической культуры в России	1	0	1	4.09.2023-8.09.2023
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	1	4.09.2023-8.09.2023
3	Самостоятельная физическая подготовка Закаливание организма	1	0	1	11.09.2023-15.09.2023
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1	11.09.2023-15.09.2023
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	1	18.09.2023-22.09.2023
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	0	1	18.09.2023-22.09.2023
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1	0	1	25.09.2023-29.09.2023
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1	25.09.2023-29.09.2023
9	Закаливание организма	1	0	1	2.10.2023-6.10.2023
10	Беговые упражнения с изменяющимся	1	0	1	2.10.2023-6.10.2023

	направлением движения, из разных исходных положений.				
11	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	1	9.10.2023-13.10.2023
12	Высокий старт с последующим ускорением. Беговые упражнения.	1	0	1	9.10.2023-13.10.2023
13	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	1	16.10.2023-20.10.2023
14	Беговые упражнения. Совершенствование техники бега на 30 м с высокого старта.	1	0	1	16.10.2023-20.10.2023
15	Формирование навыков бега и прыжков. Выполнение метания малого мяча с места.	1	0	1	23.10.2023-27.10.2023
16	Упражнения в метании малого мяча. Техника бега на дистанции 60 м.	1	0	1	23.10.2023-27.10.2023
17	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры Метание малого мяча на дальность	1	0	1	6.11.2023-10.11.2023
18	Сдача контрольного норматива – бег на 1000 м	1	1	0	6.11.2023-10.11.2023
19	Ловля и передача мяча.	1	0	1	13.11.2023-17.11.2023
20	Упражнения из игры баскетбол	1	0	1	13.11.2023-17.11.2023

21	Ведение мяча по прямой линии. Броски мяча в корзину.	1	0	1	20.11.2023-24.11.2023
22	Выполнение техники ловли и передачи мяча.	1	0	1	20.11.2023-24.11.2023
23	Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.	1	0	1	27.11.2023-1.12.2023
24	Инструктаж по технике безопасности на уроках по физической культуре (ИУ 012-21). Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	1	27.11.2023-1.12.2023
25	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	4.12.2023-8.12.2023
26	Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1	4.12.2023-8.12.2023
27	Акробатические упражнения: кувырки вперед.	1	0	1	11.12.2023-15.12.2023
28	Акробатические упражнения: обучение техники кувырка назад в группировке.	1	0	1	11.12.2023-15.12.2023
29	Акробатические упражнения: перекатом назад стойка на лопатках прогнувшись.	1	0	1	18.12.2023-22.12.2023

30	Сдача контрольного упражнения по теме «Акробатическая комбинация».	1	1	0	18.12.2023-22.12.2023
31	Совершенствование техники опорного прыжка. Прыжки через скакалку.	1	0	1	25.12.2023-29.12.2023
32	Гимнастические упражнения прикладного характера. Выполнение техники опорного прыжка.	1	0	1	25.12.2023-29.12.2023
33	Инструктаж по технике безопасности на уроках по физической культуре (ИУ 012-21). Передвижение на лыжах.	1	0	1	8.01.2024-12.01.2024
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1	8.01.2024-12.01.2024
35	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1	15.01.2024-19.01.2024
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	1	15.01.2024-19.01.2024
37	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0	1	22.01.2024-26.01.2024
38	Обучение техники одновременного двухшажного хода с палками.	1	0	1	22.01.2024-26.01.2024
39	Повторение техники лыжных ходов.	1	0	1	29.01.2024-2.02.2024

	Поворот переступанием в движении.				
40	Обучение техники подъема на склон полуелочкой.	1	0	1	29.01.2024-2.02.2024
41	Обучение техники попеременного двухшажного хода с палками.	1	0	1	5.02.2024-9.02.2024
42	Повторение техники попеременного двухшажного хода. Торможение плугом.	1	0	1	5.02.2024-9.02.2024
43	Упражнения на выносливость и координацию. Выполнение техники спуска со склона в средней стойке.	1	0	1	12.02.2024-16.02.2024
44	Лыжные ходы. Выполнение техники подъема на склон полуелочкой.	1	0	1	12.02.2024-16.02.2024
45	Совершенствование техники передвижения на лыжах, подъемов и спусков.	1	0	1	19.02.2024-23.02.2024
46	Сдача контрольного норматива - прохождение дистанции 1000 м.	1	1	0	19.02.2024-23.02.2024
47	Удар по катящемуся мячу.	1	0	1	26.02.2024-1.03.2024

48	Ведения мяча. Остановка мяча.	1	0	1	26.02.2024-1.03.2024
49	Подвижные игры на материале футбола.	1	0	1	4.03.2024-8.03.2024
50	Упражнения из игры футбол	1	0	1	4.03.2024-8.03.2024
51	Обучение техники ведения мяча бегом.	1	0	1	11.03.2024-15.03.2024
52	Повторение техники ведения мяча в беге. Передачи от груди на месте.	1	0	1	11.03.2024-15.03.2024
53	Совершенствование техники ведения мяча в беге. Броски мяча в корзину снизу.	1	0	1	18.03.2024-22.03.2024
54	Подвижные игры на материале баскетбол (эстафета с ведением баскетбольного мяча).	1	0	1	18.03.2024-22.03.2024
55	Упражнения из игры волейбол	1	0	1	1.04.2024-5.04.2024
56	Упражнения из игры волейбол	1	0	1	1.04.2024-5.04.2024
57	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени.	1	0	1	8.04.2024-12.04.2024
58	Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1	0	1	8.04.2024-12.04.2024
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1	15.04.2024-19.04.2024
60	Обучение прыжку в высоту с бокового разбега.	1	0	1	15.04.2024-19.04.2024

61	Повторение техники прыжка в высоту перешагиванием с бокового разбега.	1	0	1	22.04.2024-26.04.2024
62	Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами (сидя на полу).	1	0	1	22.04.2024-26.04.2024
63	Обучение техники метания мяча на дальность с разбега. Подвижные игры на материале легкой атлетике: прыжки, бег	1	0	1	29.04.2024-1.05.2024
64	Метание малого мяча на дальность. Подвижные игры на материале легкой атлетике: метание и броски.	1	0	1	29.04.2024-1.05.2024
65	Повторение техники метания мяча на дальность с разбега. Выполнение бега на короткую дистанцию 60 м.	1	0	1	6.05.2023-10.05.2024
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сдача контрольного норматива – бег на 1000 м	1	1	0	6.05.2023-10.05.2024
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1	13.05.2023-17.05.2024

68	Подвижные игры на материале легкой атлетике: упражнения на координацию, выносливость и быстроту	1	0	1	13.05.2023-17.05.2024
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	



## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1-4 класс: Лях В.И. Физическая культура. 1-4 класс. – АО «Издательство «Просвещение»

1 класс: Матвеев А.П. Физическая культура. 1 класс. – АО «Издательство «Просвещение»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1-4 класс: Лях В.И. Физическая культура. 1-4 класс. – АО «Издательство «Просвещение»

1 класс: Матвеев А.П. Физическая культура. 1 класс. – АО «Издательство «Просвещение»

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА  
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ  
ИНТЕРНЕТ**

