

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Белгородской области

управление образования администрации Грайворонского городского округа

МБОУ "СОШ с углубленным изучением отдельных предметов" г. Грайворона

**«Рассмотрено»**

на заседании МО  
художественно – эстетического и  
оздоровительного направления  
Протокол № 10  
от «28 » июня 2022 г.  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_/ Северин В.В. /

**«Согласовано»**

Заместитель директора МБОУ  
«СОШ с УИОП»  
г. Грайворона  
\_\_\_\_\_/ Четверикова Л.В./  
«29» июня 2022 г.

**«Утверждаю»**

Директор МБОУ «СОШ с  
УИОП» г. Грайворона  
\_\_\_\_\_/ Сорокина М.В. /  
Приказ № 209  
от «31» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**(ID 1917715)**

**учебного предмета**

**«Физическая культура»**

**для 1 класса начального общего образования**

**на 2022-2023 учебный год**

**Составитель: Твердун Дмитрий Романович**

**учитель физической культуры**

**Грайворон 2022**

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

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

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

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

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

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

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

### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

---

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

---

## **Личностные результаты**

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

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

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

## **Метапредметные результаты**

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

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

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

*коммуникативные УУД:*

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

*регулятивные УУД:*

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

## **Предметные результаты**

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

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

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	1	0	0		обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на уроках физической культуры, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять;	Устный опрос;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
Итого по разделу		1						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника	1	0	1		обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;	Устный опрос;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
Итого по разделу		1						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0		знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня;	Устный опрос;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
3.2.	Осанка человека	1	0	0		знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;	Устный опрос; Практическое занятие.;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/</a>
3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0		устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня;	Устный опрос; Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
Итого по разделу		3						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	3	1	0		знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	3	0	0		знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/</a>

4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и	3	0	0		наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/</a>
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики".	3	0	0		наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/</a>
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики".	5	0	0		наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/</a>
4.6.	Модуль "Кроссовая подготовка". Строевые команды	10	0	0		по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: стоя на месте в одну шеренгу; смешанное передвижение;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/</a>
4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	4	0	0		обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0	0		знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/</a>
4.9	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	5	0	1		наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/</a>
4.10	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	20	1	0		разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;	Практическое занятие;	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/</a>
Итого по разделу	60							
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура		1				определяют последовательность задач для самостоятельных занятий по разучиванию техники	Практическое занятие.	<a href="https://vse-kursy.com/read/448-uprazhneniya-dlya-razvitiya-futbolnoi-tehniki-i-driblinga-video-">https://vse-kursy.com/read/448-uprazhneniya-dlya-razvitiya-futbolnoi-tehniki-i-driblinga-video-</a>
5.1. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО		5				демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	Практическое занятие.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/start/263013/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/start/263013/</a>
Итого по разделу		6						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	2					

# ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения по плану	Дата изучения фактически	Виды, формы контроля
		всего	конт роль	практи ческие			
1.	Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.	1	0	0	05.09		Устный опрос; Практическое занятие.
2.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.	1	0	0	07.09		Устный опрос; Практическое занятие.
3.	Способы самостоятельной деятельности. Режим дня	1	0	0	12.09		Устный опрос.
4.	Правила составления режима дня и соблюдения. Подвижные игры.	1	0	1	14.09		Практическая работа; Устный опрос.
5.	Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба.	1	0	0	19.09		Практическое занятие.
6.	Равномерный бег. Подвижные игры.	1	0	0	21.09		Практическое занятие.
7.	Прыжки в длину с места толчком двумя ногами.	1	0	0	26.09		Практическое занятие.
8.	Прыжки в длину и в высоту с прямого разбега.	1	0	0	28.09		Практическое занятие.
9.	Отработка навыков выполнения упражнений со скакалкой: вращение кистью руки скакалки, сложенной вчетверо, — перед собой, сложенной вдвое — поочерёдно в лицевой, боковой плоскостях.	1	0	0	03.10		Практическое занятие.
10.	Прыжки через скакалку вперёд, назад.	1	0	0	05.10		Практическое занятие.



11.	Подвижные игры со скакалкой.	1	0	0	10.10		Практическое занятие.
12.	Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур.	1	0	0	12.10		Устный опрос; Практическое занятие.
13.	Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Подвижные игры.	1	0	0	17.10		Устный опрос; Практическое занятие.
14.	Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.	1	0	0	19.10		Практическое занятие.
15.	Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.	1	0	0	31.10		Устный опрос.
16.	Подвижные игры с мячами. Подвижные игры.	1	0	0	02.11		Практическое занятие.
17.	Гимнастика с основами акробатики.	1	0	0	07.11 02.11		Практическое занятие.
18.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	0	09.11		Практическое занятие.
19.	Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте.	1	0	0	14.11		Практическое занятие.
20.	Повороты направо и налево. Подвижные игры.	1	0	0	16.11		Практическое занятие.
21.	Передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	1	0	0	21.11		Практическое занятие.
22.	Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом. Подвижные игры.	1	0	0	23.11		Практическое занятие.
23.	Упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1	0	0	28.11		Практическое занятие.

24.	Стилизованные гимнастические прыжки. Подвижные игры.	1	0	0	30.11		Практическое занятие.
25.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе.	1	0	0	05.10		Практическое занятие.
26.	Подъём ног из положения лёжа на животе. Подвижные игры.	1	0	0	07.12		Практическое занятие.
27.	Сгибание рук в положении упор лёжа.	1	0	0	12.12		Практическое занятие.
28.	Рубежная контрольная работа. Прыжки в группировке, толчком двумя ногами.	1	0	0	14.12		Практическое занятие.
29.	Прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1	0	0	19.12		Практическое занятие.
30.	Перекаты в группировке. Подвижные игры.	1	0	0	21.12		Практическое занятие.
31.	Группировка, кувырок в сторону. Подвижные игры.	1	0	0	09.01		Практическое занятие.
32.	Кувырок вперед.	1	0	0	11.01		Практическое занятие.
33.	Кувырок назад.	1	0	0	16.01		Практическое занятие.
34.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (3 мин.)Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	18.01		Практическое занятие.
35.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (4 мин.)Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	23.01		Практическое занятие.
36.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (5мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0		25.01		Практическое занятие.
37.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (6 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0		30.01		Практическое занятие.

38.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (7 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0		01.02		Практическое занятие.
39.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (7 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	06.02		Практическое занятие.

40.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (7 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	08.02		Практическое занятие.
41.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (8 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	13.02		Практическое занятие.
42.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (8 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	15.02		Практическое занятие.
43.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег (8 мин.) Чередование ходьбы, бега. 50м/100м. Подвижные игры.	1	0	0	27.02		Практическое занятие.
44.	Игровые задания с мячом.	1	0	0	01.03		Практическое занятие.
45.	Комплекс упражнений утренней гимнастики.	1	0	0	06.03		Практическое занятие.
46.	Лазание по гимнастической стенке. Подвижные игры.	1	0	0	08.03 06.03		Практическое занятие.
47.	Вводный инструктаж. Первичный инструктаж по Т/б. на занятиях подвижными играми.	1	0	0	13.03		Устный опрос; Практическое занятие.
48.	Ведение мяча на месте. Подвижные игры.	1	0	0	15.03		Практическое занятие.
49.	Ведение мяча на месте, по прямой, по 1 дуге.	1	0	0	20.03		Практическое занятие.
50.	Ведение мяча (правой, левой рукой) в движении.	1	0	0	22.03		Практическое занятие.
51.	Ведение мяча по прямой (шагом и бегом). Игра «Передай другому».	1	0	0	03.04		Практическое занятие.
52.	Ловля мяча на месте и в движении.	1	0	0	05.04		Практическое занятие.

53.	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч водящему».	1	0	0	10.04		Практическое занятие.
54.	Броски в цель (в кольцо, щит, обруч).	1	0	0	12.04		Практическое занятие.
55.	Броски мяча в кольцо с места.	1	0	0	17.04		Практическое занятие.
56.	Подвижная игра "Два капитана".	1	0	0	19.04		Практическое занятие.

57.	Промежуточная аттестация. Нормативы физического развития. Итоговый тест.	1	1	0	24.04		Практическое занятие.
58.	Техника прыжка в длину с места. Подвижная игра "Перестрелка".	1	0	0	26.04		Практическое занятие.
59.	Прыжок в длину с места.	1	0	0	01.05 26.04		Практическое занятие.
60.	Итоговая контрольная работа. Техника высокого старта. Подвижные игры.	1	0	0	03.05		Практическое занятие.
61.	Бег на 30 м с высокого старта.	1	0	0	08.05		Практическое занятие.
62.	Техника метания малого мяча.	1	0	0	10.05		Практическое занятие.
63.	Метание малого мяча на точность.	1	0	0	15.05		Практическое занятие.
64.	Основные правила личной гигиены.	1	0	0	17.05		Устный опрос.
65.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	0	0	22.05		Практическое занятие.
66.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	0	0	24.05		Практическое занятие.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	1	1			

**Коррекция КТП в связи с выпадением уроков на праздничные, выходные дни**

Дата по плану	Тема	Дата по факту
07.11	Гимнастика с основами акробатики..	02.11
08.03	Лазание по гимнастической стенке. Подвижные игры.	06.03
01.05	Прыжок в длину с места.	26.04

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

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

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

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

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

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

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

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

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

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

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

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**  
**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Спортивный инвентарь

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Спортивный инвентарь