

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Кировского района г. Санкт - Петербурга

ГБОУ СОШ №264

РАССМОТРЕНО

пед. совет

директор СОШ №264

[Шведова И.В.]

Протокол № 12

от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор СОШ №264

[Шведова И.В.]

Приказа № 10/3

от «31» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1 классов

Санкт - Петербург 2023- 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 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 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: в 1 классе – 66 часов (2 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.

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 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.

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;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|---|------------------|---|
| | | Всего | |
| Раздел 1. Знания о физической культуре | | | |
| 1.1 | Знания о физической культуре | 1 | РЭШ http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/ |
| Итого по разделу | | 1 | |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | | |
| 2.1 | Режим дня школьника | 1 | РЭШ урок № 3 Режим дня https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/main/168926/ |
| Итого по разделу | | 1 | |
| ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ | | | |
| Раздел 1. Оздоровительная физическая культура | | | |
| 1.1 | Гигиена человека | 1 | РЭШ урок №5 https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/main/168960/ |
| 1.2 | Осанка человека | 1 | РЭШ Урок №6 https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/main/168981/ |
| 1.3 | Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника | 1 | РЭШ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/main/168926/ |
| Итого по разделу | | 3 | |
| Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | | |
| 2.1 | Гимнастика с основами акробатики | 12 | Учебник В.И. Лях https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah |

| | | | |
|--|--|----|---|
| 2.2 | Легкая атлетика | 19 | Учебник В.И. Лях https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah |
| 2.3 | Подвижные и спортивные игры | 18 | Учебник В.И. Лях https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah |
| Итого по разделу | | 49 | |
| Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура | | | |
| 3.1 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО | 12 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| Итого по разделу | | 12 | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 66 | |

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|-------|---|------------------|---|
| | | Всего | |
| 1 | Урок-викторина. Что такое физическая культура. Техника безопасности | 1 | РЭШ Учебник В.И. Лях 1-4 класс, М, Просвещение, 2020 |
| 2 | Урок-викторина. Режим дня и правила его составления. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 3 | Урок-викторина. Оздоровительная физическая культура. Физические упражнения для физкультминуток. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 4 | Урок-путешествие. Легкая атлетика. Чем отличается ходьба от бега | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 5 | Урок -путешествие. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 6 | Урок -путешествие. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 7 | Урок-соревнование. Бег с ускорением 30м | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 8 | Спортивный марафон. Смешанное передвижение. Бег до 1 км | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 9 | Разучивание фазы приземления, разбега и отталкивания в прыжке | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |

| | | | |
|----|--|---|---|
| 10 | Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 11 | Обучение прыжку в длину с места в полной координации | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 12 | Урок-соревнование. Метание малого мяча на дальность | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 13 | Урок-соревнование. Метание малого мяча в цель | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 14 | ГТО – что это такое? История ГТО. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 15 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Метание теннисного мяча в цель. | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 16 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Челночный бег 3*10м | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 17 | Оздоровительная физическая культура: Осанка. Комплексы упражнений на осанку. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 18 | Понятие гимнастики и спортивной гимнастики. Техника безопасности на занятиях гимнастикой. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 19 | Строевые упражнения и организующие команды. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 20 | Способы построения и повороты стоя на месте | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 21 | Учимся гимнастическим упражнениям | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 22 | Гимнастические упражнения с мячом | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | | | класс М., Просвещение 2020г |
| 23 | Гимнастические упражнения со скакалкой | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 24 | Исходные положения в физических упражнениях (стойки, упоры, седы) | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 25 | Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег) | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 26 | Акробатические упражнения, основные техники (группировка, перекат) | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 27 | Акробатические упражнения, основные техники выполнения упражнений (стойка на лопатках, кувырок) | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 28 | Лазание по гимнастической скамейке и шведской стенке | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 29 | Ходьба по гимнастическому бревну | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 30 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Поднимание туловища из положения лежа на спине. | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 31 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 32 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание в висе на низкой перекладине. | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 33 | Оздоровительная физическая культура: Личная гигиена. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |

| | | | |
|----|---|---|---|
| 34 | Считалки для подвижных игр.. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки» | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 35 | Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 36 | Обучение способам организации игровых площадок. Разучивание подвижной игры «Не оступись» | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 37 | Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 38 | Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 39 | Разучивание подвижной игры «Брось-поймай» | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 40 | Подвижные игры на внимание | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 41 | Подвижные игры на построение и перестроение | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 42 | Подвижные игры на развитие координации | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 43 | Подвижные игры с лазанием | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 44 | Подвижные игры со скакалкой | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 45 | Подвижные игры с обручем | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 46 | Подвижные игры на развитие скоростно-силовых | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | способностей | | класс М., Просвещение 2020г |
| 47 | Подвижные игры на развитие быстроты | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 48 | Подвижные игры на развитие меткости и координации | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 49 | Развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению комплекса ГТО | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 50 | Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 51 | Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 52 | Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО | 1 | ГТО https://www.gto.ru/ |
| 53 | Легкая атлетика. Прыжок в длину с места | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 54 | Легкая атлетика. Прыжок вверх (достань предмет)Прыжок в высоту с места и с разбега | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 55 | Легкая атлетика. Прыжок в высоту, способом "согнув ноги" | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 56 | Легкая атлетика.Метание набивного мяча | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 57 | Легкая атлетика. Метание мяча в цель | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 58 | Легкая атлетика. Метание мяча на дальность | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |

| | | | |
|-------------------------------------|---|----|--|
| 59 | Легкая атлетика. Ходьба разными способами. Беговые упражнения. | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 60 | Легкая атлетика. Бег с ускорением | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 61 | Легкая атлетика. Бег с изменением направления | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 62 | Легкая атлетика. Бег на длинные дистанции | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 63 | Легкая атлетика. Смешанное передвижение | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 64 | Подвижные игры и эстафеты | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 65 | Подвижные игры и эстафеты | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| 66 | Подвижные игры и эстафеты | 1 | РЭШ, учебник В.И. Лях 1-4 класс М., Просвещение 2020г |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 66 | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;2020

Стенка гимнастическая, бревно гимнастическое, козел гимнастический, конь гимнастический, канат для лазания с механизмом крепления, мост гимнастический подкидной, скамейка жесткая гимнастическая, маты гимнастические.

Мячи набивные 1кг, мячи теннисные, скакалки гимнастические, палки гимнастические, обручи гимнастические.

Планка и стойки для прыжков в высоту, рулетка измерительная.

Щиты баскетбольные с кольцами и сетками, волейбольная сетка, мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные, ворота футбольные, нагрудные номера.

Кегли, кубики, эстафетные палочки, фишки, стойки, резиновые кольца, поролоновые мячи малые.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Рабочие программы. Физическая культура. Предметная линия учебников В. И. Ляха – М.:Просвещение, 2020 г.; Физическая культура: учебн. Для учащихся 1-4 кл. нач. шк./ В.И.Лях. – 13-е изд. – М.: Просвещение, 2020. – 190 с.

Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов внеурочная деятельность учащихся.

Легкая атлетика

(серия "работаем по новым стандартам")

Г.А.Колодницкий, В.С. Кузнецов. Физическая культура. Учебно-наглядное пособие для учащихся начальной школы 1-4 класса.

Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.

Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1>, <http://school-collection.edu.ru>,

<http://www.openclass.ru>, <http://spo.1september.ru/urok>

-Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

[http://schoolcollection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject\[\]=38](http://schoolcollection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38) - Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей»

http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com - Образовательные сайты

для учителей физической культуры http://methodsovet.su/dir/fiz_kultura/

- Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>

- Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://www.it->

[n.ru/communities.aspx?](http://www.it-n.ru/communities.aspx?)

[cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib)

- сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/>

- сайт учителя физ.культуры <http://zdd.1september.ru/>

- газета "Здоровье детей" <http://spo.1september.ru/>

Российская Электронная школа <https://resh.edu.ru/>