

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

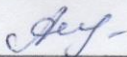
Министерство просвещения Приморского края

ЗАТО Фокино

МБОУ СОШ № 251

РАССМОТРЕНО

Руководителем МО

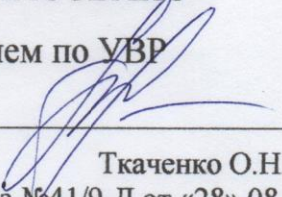


Анискиной М.В.

Приказ №41/9-Д от «28» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Завучем по УВР



Ткаченко О.Н.

Приказ №41/9-Д от «28» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором МБОУ
СОШ №251



Ивановой Г.И.

Приказ №42/2-Д от «30» 08
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2143570)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 классов

г. Фокино 2023

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 – 303 часа: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (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, Группировка из положения лёжа на спине, раскачивания в группировке, перекаты назад из седа в группировке и обратно, перекат в стойку на лопатках, упор присев, перекаты из упора присев в упор присев, передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание попластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья. Прыжки: "Козлик", "Ножницы".

Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменением направления движения (змейкой, по кругу, спиной вперёд, из разных исходных положений и с

разным положением рук. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега. Броски большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди. Метание малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену, на дальность.

Спортивные и подвижные игры

Баскетбол: передача и ловля мяча, ведение шагом, обводка предметов, бросок в корзину.

Волейбол: подбрасывание и приём мяча на пальцы, перебрасывание и ловля мяча через сетку в парах.

Футбол: передача и приём мяча в парах стоя на месте, ведение мяча, остановка мяча, удар по мячу.

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

игры: " Охотники и утки", "Караси и щуки", "Бездомный заяц", "Космонавты", "Мышеловка", "Горелки", "К своим флажкам", "Птичья стайка", "Снайпер".

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	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1	0	0	Поле для свободного ввода
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1	0	0	Поле для свободного ввода
1.2	Осанка человека	1	0	0	Поле для свободного ввода
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	Поле для свободного ввода
1.4	Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	0	
Итого по разделу		4			

Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	0	4	Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	22	0	3	Поле для свободного ввода
2.3	Подвижные и спортивные игры	33	0	3	Поле для свободного ввода
2.4	Кроссовая подготовка	12	0	0	
Итого по разделу		85			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	7	0	5	Поле для свободного ввода
Итого по разделу		7			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	15	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура	1				Поле для свободного ввода1
2	Современные физические упражнения	1				Поле для свободного ввода1
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1				Поле для свободного ввода1
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1				Поле для свободного ввода1
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1				Поле для свободного ввода1
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1				Поле для свободного ввода1
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1				Поле для свободного ввода1

8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1				Поле для свободного ввода1
9	Исходные положения в физических упражнениях	1				Поле для свободного ввода1
10	Упражнения в равновесии.	1		1		Поле для свободного ввода1
11	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1				Поле для свободного ввода1
12	Акробатические упражнения, основные техники	1				Поле для свободного ввода1
13	Акробатические упражнения, виды группировок, перекаты в группировке.	1		1		Поле для свободного ввода1
14	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1		1		Поле для свободного ввода1
15	Способы построения и повороты стоя на месте	1				Поле для свободного ввода1
16	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1				Поле для свободного ввода1
17	ОРУ с мячом.	1				Поле для

						свободного ввода1
18	Общеразвивающие упражнения со скакалкой	1				Поле для свободного ввода1
19	Стойки, седы, висы и упоры.	1		1		Поле для свободного ввода1
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1				Поле для свободного ввода1
21	Подъем ног из положения лежа на спине.	1				Поле для свободного ввода1
22	Сгибание рук в положении упор лежа	1				Поле для свободного ввода1
23	Разучивание прыжков: "козлик", "ножницы".	1				Поле для свободного ввода1
24	Перекат из группировки сидя в стойку на лопатках.	1				Поле для свободного ввода1
25	Упор присев, перекаты из упора присев в упор присев, передвижение по гимнастической стенке.	1				Поле для свободного ввода1
26	Движения рук с мячом вперед, вверх, в стороны, за головой, с наклонами и	1				Поле для свободного

	поворотами туловища, с приседаниями, в положении сидя и лёжа. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.					ввода1
27	Передача мяча из рук в руки в шеренге (вправо-влево). Передача мяча в колонне (вправо-назад, влево-назад, назад над головой).	1				Поле для свободного ввода1
28	Подбрасывание и ловля мяча . Бросок мяча в стену и ловля его после отскока от пола.	1		1		Поле для свободного ввода1
29	Перебрасывание мяча в парах произвольными способами.	1				Поле для свободного ввода1
30	Передача мяча двумя руками от груди. Отбивание мяча от пола правой рукой.	1				Поле для свободного ввода1
31	Передвижение приставными шагами правым и левым боком в стойке баскетболиста. Отбивание мяча правой рукой стоя на месте.	1				Поле для свободного ввода1
32	Ведение мяча шагом по прямой. Передача одной рукой от плеча.	1				Поле для свободного ввода1
33	Техника броска в кольцо с 1-1.5м от кольца.	1				Поле для свободного ввода1
34	Передача двумя руками от груди после	1				Поле для

	ведения шагом по прямой.					свободного ввода1
35	Техника ведения мяча шагом по прямой с последующим броском в кольцо двумя руками от груди.	1				Поле для свободного ввода1
36	Техника ведения мяча бегом. Передача мяча после ведения.	1				Поле для свободного ввода1
37	Броски в кольцо с заданных позиций.	1				Поле для свободного ввода1
38	Различные виды ходьбы и бега. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью.	1				Поле для свободного ввода1
39	Бег по кругу в равномерном темпе с заданными интервалами между бегущими. Беговые упражнения.	1				Поле для свободного ввода1
40	Бег на выносливость до 2 мин. Бег по кругу с изменением направления на 360*. Прыжки через скакалку.	1				Поле для свободного ввода1
41	Чередование равномерного бега с беговыми упражнениями до 2 минут.	1				Поле для свободного ввода1
42	Бег медленном темпе до 3 мин. Прыжки через скакалку.	1				Поле для свободного ввода1
43	Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью.	1				Поле для свободного

						ввода1
44	Бег на выносливость до 4 мин Бег прыжками.	1				Поле для свободного ввода1
45	Равномерный бег в колонне по одному с перепрыгивание через скакалку.	1				Поле для свободного ввода1
46	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				Поле для свободного ввода1
47	Правила выполнения прыжка в длину с места	1				Поле для свободного ввода1
48	Техника отталкивания и приземления при прыжке в длину с места.	1				Поле для свободного ввода1
49	Многоскоки. Техника отталкивания и приземления при беге прыжками.	1				Поле для свободного ввода1
50	Прыжок в длину с места на результат.	1				Поле для свободного ввода1
51	Разучивание техники выполнения прыжка в длину с прямого разбега	1				Поле для свободного ввода1
52	Разучивание фазы приземления из прыжка	1				Поле для свободного ввода1

53	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1				Поле для свободного ввода1
54	Прыжок в длину с разбега на результат.	1				Поле для свободного ввода1
55	Техника бега на скорость на короткие дистанции.	1				Поле для свободного ввода1
56	Бег на короткие дистанции: 10,15,20м Бег с ускорением до 30м.	1				Поле для свободного ввода1
57	Челночный бег 3 по 10 метров.	1				Поле для свободного ввода1
58	Эстафетный бег.	1				Поле для свободного ввода1
59	Подвижные эстафеты с предметами для развития скоростно-силовых способностей.	1				Поле для свободного ввода1
60	Техника броска малого мяча одной рукой из-за головы. Техника метания мяча в цель.	1				Поле для свободного ввода1
61	Техника метания мяча на дальность.	1				Поле для свободного ввода1
62	Техники броска малого мяча одной	1				Поле для

	рукой из-за головы в вертикальную мишень с расстояния 3 м.					свободного ввода1
63	Контроль метания мяча на дальность.	1				Поле для свободного ввода1
64	Совершенствование техники эстафетного бега. Линейная эстафета. Круговая эстафета.	1				Поле для свободного ввода1
65	Разучивание подвижной игры «Мышеловка»	1				Поле для свободного ввода1
66	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				Поле для свободного ввода1
67	Разучивание подвижной игры «Караси и щуки»	1				Поле для свободного ввода1
68	Разучивание подвижной игры «Космонавты»	1				Поле для свободного ввода1
69	Разучивание подвижной игры «Снайпер»	1				Поле для свободного ввода1
70	Разучивание подвижной игры «Бездомный заяц»	1				Поле для свободного ввода1
71	Разучивание подвижной игры «Горелки»	1				Поле для свободного

						ввода1
72	Разучивание подвижной игры «К своим флажкам»	1				Поле для свободного ввода1
73	Разучивание подвижной игры «Птичья стайка»	1				Поле для свободного ввода1
74	ОРУ с в/больными мячами. Подбрасывание мяча над головой и ловля. Перебрасывание и ловля в парах через сетку.	1				Поле для свободного ввода1
75	Подбрасывание мяча над собой и отбивание его пальцами.	1		1		Поле для свободного ввода1
76	Набрасывание на стену и отбивание от стены. Перебрасывание через сетку в парах.	1				Поле для свободного ввода1
77	ОРУ с в/больными мячами. Подбрасывание мяча вверх и отбивание его кулачками снизу.	1				Поле для свободного ввода1
78	Подбрасывание мяча и приём снизу. Подбрасывание мяча и приём сверху. Перебрасывание через сетку разученными способами.	1				Поле для свободного ввода1
79	Учебная игра – пионербол.	1				Поле для свободного ввода1
80	ОРУ с футбольными мячами. Удары по	1		1		Поле для

	мячу ногой. Удары внутренней стороной стопы, внутренней и средней частью подъема, по неподвижному и катящемуся мячу.					свободного ввода1
81	Выполнение ударов после остановки. Удары на точность в определенную цель.	1				Поле для свободного ввода1
82	Остановка мяча. Остановка подошвой и внутренней стороной стопы катящегося мяча на месте.	1				Поле для свободного ввода1
83	Ведение мяча. Ведение внутренней частью подъема, внешней частью подъема. Ведение мяча правой и левой ногой по прямой и по кругу	1				Поле для свободного ввода1
84	Ведение мяча между стоек, изменяя скорость, выполняя ускорения и рывки.	1				Поле для свободного ввода1
85	Отбор мяча. Отбор мяча при единоборстве с соперником, находящимся на месте, в движении, применяя выбивание мяча ногой в выпаде.	1				Поле для свободного ввода1
86	ГТО-что это такое? История ГТО.Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча.	1		1		Поле для свободного ввода1
87	Контроль бега на дистанции 30 м.	1		1		Поле для свободного ввода1

88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание на высокой и низкой перекладине.	1		1		Поле для свободного ввода1
89	Контроль метания малого мяча на дальность.	1		1		Поле для свободного ввода1
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	1				Поле для свободного ввода1
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.	1		1		Поле для свободного ввода1
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1		1		Поле для свободного ввода1
93	Контроль 6-ти минутного бега.	1				Поле для свободного ввода1
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель.	1				Поле для свободного ввода1
95	Контроль прыжка в длину с места.	1		1		Поле для свободного ввода1

96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1		1		Поле для свободного ввода1
97	Техника прыжка в длину с разбега в яму с песком.	1				Поле для свободного ввода1
98	Контроль прыжка в длину с разбега.	1				Поле для свободного ввода1
99	Совершенствование техники эстафетного бега. Техника передачи эстафетной палочки. Шведская эстафета.	1				Поле для свободного ввода1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	15		

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

Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

Физическая культура, 1 класс/ Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., ДРОФА,

2020г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Программа по предмету физическая культура начального общего

образования. Авторы: В.И.Лях, А.А.Зданеви

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

infourok.ru

ped-kopilka.ru

user.gto.ru

nsportal.ru

resh.edu.ru

