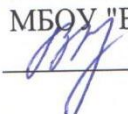


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Марий Эл
Отдел образования и по делам молодежи администрации Параньгинского
муниципального района Республики Марий Эл
МБОУ «Елеевская средняя общеобразовательная школа»

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР
МБОУ "Елеевская СОШ"

 Веселова В.И.

Протокол №1
от "30" августа 2022 г.



от "30" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 5275038)

учебного предмета

«Физическая культура

для 1 класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Попова Жанна Аркадьевна
учитель начальных классов

с.Елеево 2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа начального общего образования по физической культуре составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрена решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, 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 физкультурминуток и утренней зарядки.

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

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

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

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

Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок). Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр. *Прикладно-ориентированная физическая культура*. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

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

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

Метапредметные результаты

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

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

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

нарушений;

коммуникативные УУД:

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

регулятивные УУД:

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

Предметные результаты

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	2	0	2	02.09.2022 06.09.2022	обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на уроках физической культуры, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять;; проводят наблюдение за передвижениями животных и выделяют общие признаки с передвижениями человека;; проводят сравнение между современными физическими упражнениями и трудовыми действиями древних охотников, устанавливают возможную связь между ними;	Устный опрос;	Российская электронная школа
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника	2	0	2	09.09.2022 13.09.2022	обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;; знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления, уточняют индивидуальные мероприятия и заполняют таблицу (по образцу, с помощью родителей);	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		2						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	2	0	2	16.09.2022 20.09.2022	знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека;; знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня;	Устный опрос;	РЭШ
3.2.	Осанка человека	2	0	2	23.09.2022 27.09.2022	знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;; знакомятся с возможными причинами нарушения осанки и способами её профилактики;;	Устный опрос;	РЭШ

3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	2	0	2	30.09.2022 04.10.2022	обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста; устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		10						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	4	0	4	07.10.2022 18.10.2022	обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера (передвижение учителя);;	Устный опрос;	РЭШ
4.2.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0	4	21.10.2022 08.11.2022	знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления);; разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону);;	Устный опрос;	РЭШ
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	1	11.11.2022	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;; знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе;	Устный опрос;	РЭШ
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	2	0	2	15.11.2022 18.11.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;;	Устный опрос;	РЭШ
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	4	0	4	22.11.2022 02.12.2022	наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;;	Устный опрос;	РЭШ
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	4	0	4	06.12.2022 16.12.2022	наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;; разучивают стилизованные передвижения (гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом);;	Устный опрос;	РЭШ
4.7.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	4	0	4	20.12.2022 10.01.2023	наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки;	Устный опрос;	РЭШ
4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	2	0	2	13.01.2023 17.01.2023	по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу;;	Устный опрос;	РЭШ
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	10	0	10	20.01.2023 7.03.2023	наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя ступающим шагом, уточняют отдельные её элементы;;	Устный опрос;	РЭШ
4.10.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	11	0	11	10.03.2023 21.04.2023	разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих;;	Устный опрос;	РЭШ

4.11.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега</i>	8	0	8	25.04.2023 27.05.2023	наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		64						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	2	0	2	19.05.2023 30.05.2023	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		2						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Что понимается под физической культурой.	1	0	1	02.09.2022	Практическая работа;
2.	Правила поведения на уроках физической культуры.	1	0	1	06.09.2022	Практическая работа;
3.	Режим дня школьника	1	0	1	09.09.2022	Практическая работа;
4.	Режим дня школьника	1	0	1	13.09.2022	Практическая работа;
5.	Личная гигиена. Основные правила личной гигиены	1	0	1	16.09.2022	Практическая работа;
6.	Гигиенические процедуры и правила их выполнения	1	0	1	20.09.2022	Практическая работа;
7.	Осанка, причины нарушения осанки.	1	0	1	23.09.2022	Практическая работа;
8.	Способы профилактики осанки.	1	0	1	27.09.2022	Практическая работа;
9.	Утренняя зарядка в режиме дня школьника	1	0	1	30.09.2022	Практическая работа;
10.	Физкультминутка в режиме дня школьника	1	0	1	04.10.2022	Практическая работа;
11.	Техника безопасности на уроке физическая культура. Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Понятия: эстафета, команды «старт», «финиш».	1	0	1	07.10.2022	Практическая работа;
12.	Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег 30 м.	1	0	1	11.10.2022	Практическая работа;

13.	Разновидности ходьбы. Ходьба с высоким подниманием бедра. Бег с ускорением. Бег 60 м. Подвижная игра «Вызов номера».	1	0	1	14.10.2022	Практическая работа;
14.	Разновидности ходьбы. Обычный бег. Бег с ускорением. Челночный бег 3x10.	1	0	1	18.10.2022	Практическая работа;
15.	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра «Два мороза».	1	0	1	21.10.2022	Практическая работа;
16.	Прыжки через веревочку (40 см) с 3-5 шагов разбега. Прыжки с продвижением вперед.	1	0	1	25.10.2022	Практическая работа;
17.	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. Подвижная игра "Лисы и куры".	1	0	1	28.10.2022	Практическая работа;
18.	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. Подвижная игра "Зайцы в огороде".	1	0	1	08.11.2022	Практическая работа;
19.	Техника безопасности во время занятий гимнастикой с элементами акробатики. Основы знаний по гимнастике с элементами акробатики. Первая помощь при травмах.	1	0	1	11.11.2022	Практическая работа;
20.	Исходные положения в физических упражнениях.	1	0	1	15.11.2022	Практическая работа;
21.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа, сидя, у опоры.	1	0	1	18.11.2022	Практическая работа;
22.	Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд: «Стройся», «Равняйся», «Смирно», «Вольно».	1	0	1	22.11.2022	Практическая работа;

23.	Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд: «На первый, второй рассчитайсь», «Шагом марш»,.	1	0	1	25.11.2022	Практическая работа;
24.	Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд: «На месте стой, раз, два», «В две шеренги становись».	1	0	1	29.11.2022	Практическая работа;
25.	Повороты налево-направо. Развитие координационных способностей.	1	0	1	02.12.2022	Практическая работа;
26.	Гимнастические упражнения. Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания: приставные шаги вперёд на полной стопе (гимнастический шаг).	1	0	1	06.12.2022	Практическая работа;
27.	Упражнения для развития моторики и координации с гимнастическим предметом. Удержание скакалки. Прыжки через скакалку вперёд, назад.	1	0	1	09.12.2022	Практическая работа;
28.	Удержание гимнастического мяча. Баланс мяча на ладони, передача мяча из руки в руку. Перекат мяча по полу, по рукам.	1	0	1	13.12.2022	Практическая работа;
29.	Прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом на 45° и 90° в обе стороны.	1	0	1	16.12.2022	Практическая работа;
30.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе;	1	0	1	20.12.2022	Практическая работа;
31.	Подъём ног из положения лёжа на животе.	1	0	1	23.12.2022	Практическая работа;
32.	Развитие силовых способностей. Сгибание рук в положении упор лёжа.	1	0	1	27.12.2022	Практическая работа;

33.	Прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами	1	0	1	10.01.2023	Практическая работа;
34.	Техника безопасности во время занятий лыжной подготовкой. Основы знаний. Основные требования к одежде и обуви.	1	0	1	13.01.2023	Практическая работа;
35.	Переноска и надевание лыж. Первая помощь при травмах. Ступающий шаг без палок.	1	0	1	17.01.2023	Практическая работа;
36.	Ступающий шаг без палок.	1	0	1	20.01.2023	Практическая работа;
37.	Ступающий шаг без палок и с палками.	1	0	1	24.01.2023	Практическая работа;
38.	Скользящий шаг без палок. Повороты переступания.	1	0	1	27.01.2023	Практическая работа;
39.	Скользящий шаг с палками.	1	0	1	31.01.2023	Практическая работа;
40.	Скользящий шаг с палками и без палок.	1	0	1	03.02.2023	Практическая работа;
41.	Подъем и спуск под уклон.	1	0	1	07.02.2023	Практическая работа;
42.	Передвижение на лыжах до 1 км.	1	0	1	10.02.2023	Практическая работа;
43.	Скользящий шаг с палками.	1	0	1	21.02.2023	Практическая работа;
44.	Подъемы и спуски с небольших склонов.	1	0	1	3.03.2023	Практическая работа;
45.	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	0	1	7.03.2023	Практическая работа;
46.	Техника безопасности во время занятий подвижными играми. Основы знаний о физической культуре, подвижных игр с элементами спортивных игр .	1	0	1	10.03.2023	Практическая работа;
47.	Считалки для самостоятельной организации подвижных игр. "К своим флажкам", "Два мороза", "Охотники и утки".	1	0	1	14.03.2023	Практическая работа;

48.	Подвижные игры: "К своим флажкам", "Два мороза", "Охотники и утки". Эстафеты.	1	0	1	10.03.2023	Практическая работа;
49.	Подвижные игры: "Пятнашки", "Прыгающие воробушки", "Охотники и утки". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1	17.03.2023	Практическая работа;
50.	Подвижные игры: "Зайцы в огороде", "Лисы и куры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1	28.03.2023	Практическая работа;
51.	Подвижные игры: "Кто дальше бросит", "Точный расчет", "Метко в цель", "Охотники и утки"	1	0	1	31.03.2023	Практическая работа;
52.	Подвижные игры. Ловля и передача мяча на месте и в движении.	1	0	1	4.04.2023	Практическая работа;
53.	Ловля и передача мяча на месте и в движении Игра «Мяч водящему».	1	0	1	07.04.2023	Практическая работа;
54.	Броски в цель (кольцо, щит, мишень). Игра «У кого меньше мячей»	1	0	1	07.04.2023	Практическая работа;
55.	Ловля и передача мяча в движении шагом. Броски в цель. Игра «Играй, играй, мяч не теряй».	1	0	1	11.04.2023	Практическая работа;
56.	Ловля и передача мяча в движении бегом. Броски в цель. Игра «Мяч-среднему».	1	0	1	11.04.2023	Практическая работа;
57.	Техника безопасности во время занятий легкой атлетикой. Основы знаний по легкой атлетике. Первая помощь при травмах	1	0	1	14.04.2023	Практическая работа;
58.	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две.	1	0	1	18.04.2023	Практическая работа;

59.	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две.	1	0	1	21.04.2023	Практическая работа;
60.	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две.	1	0	1	25.04.2023	Практическая работа;
61.	Бег на 30 м (с)	1	0	1	25.05.2023	Практическая работа;
62.	Челночный бег 3x10 м (с)	1	0	1	08.05.2023	Практическая работа;
63.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	1	0	1	12.05.2023	Практическая работа;
64.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	1	0	1	15.05.2023	Практическая работа;
65.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	1	0	1	19.05.2023	Практическая работа;
66.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (количество раз за 1 мин)	1	0	1	22.05.2023	Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66		

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Лях В. И. Рабочие программы. Предметная линия учебников. 1–4 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2021. – 64 с. – ISBN 978-5-09-026701-4.

Лях В. И. Физическая культура: 1–4 классы : учеб. для общеобразоват. организаций. / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2022. – 190 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

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

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Компьютерный стол

Ноутбук учителя

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая жесткая

Мат гимнастический прямой

Перекладина гимнастическая пристенная

Перекладина навесная универсальная

Мяч для метания

Комплект для проведения спортмероприятий

Ботинки для лыж

Лыжи

Лыжные палки

Мяч баскетбольный

Мяч футбольный

Мяч волейбольный

