Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 3 с углубленным изучением отдельных предметов г. Котово»
Котовского муниципального района Волгоградской области

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании	Заместитель директора по	Директор МБОУ СШ №3 г.
педагогического совета	УВР	Котово
МБОУ СШ №3 г. Котово	_____Е.П. Кузнецова	_____Е.А. Кузнецова
Протокол №1 от 27.08.2026 г.	28.08.2026 г.	Приказ от 28.08.2026 г.
		№131

Кузнецова Елена Анатольевна
Подписан: Кузнецова Елена Анатольевна
DN: OU=Директор, O=МБОУ СШ №3 г.Котово, CN=Кузнецова Елена Анатольевна, E=msoch33@yandex.ru
Основание: я подтверждаю этот документ
Местоположение: Котово
Дата: 2026.11.13 20:02:52+04'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.0

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 5619984)

учебного предмета «Физическая культура»

для 1 класса

на 2026-2027 учебный год

Составитель:
Середин Александр Иванович
учитель физической культуры

Котово, 2026

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 – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лыжная подготовка

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

Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

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

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

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;

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

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			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1			https://resh.edu.ru/subject/9/
1.2	Осанка человека	1			https://resh.edu.ru/subject/9/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		3	0	0	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Лыжная подготовка	12			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Легкая атлетика	18			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.4	Подвижные и спортивные игры	19			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		67	0	0	

Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		26			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура и спорт. Классификация физических упражнений	1			02.09	uchi.ru
2	Здоровый образ жизни. Распорядок дня и личная гигиена. Самоконтроль	1			04.09	uchi.ru
3	Правила техники безопасности при занятиях физической культурой в зале, на улице	1			07.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14
4	Культура движения. Гимнастика. Общие принципы выполнения гимнастических упражнений. Гимнастический шаг и бег. Основные хореографические позиции	1			09.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14
5	Основные направления физической культуры и спорта	1			11.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14
6	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	1			14.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14
7	Основные разделы урока. Исходные положения в физических упражнениях	1			16.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14
8	Основные правила подбора одежды для занятий физической культурой, спортом. Знакомство с основным спортивным оборудованием в школе	1			18.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14

9	Техника выполнения основных строевых команд	1			21.09	https://uchi.ru/teachers/groups/6420349/subjects/1/course_programs/1?topic_id=14
10	Техника выполнения строевых упражнений	1			23.09	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
11	Здоровый образ жизни. Составление комплекса упражнений для утренней зарядки, физкультминуток. Дневник измерений массы и длины тела	1			25.09	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
12	Принципы закаливания	1			28.09	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
13	Техника выполнения оздоровительных упражнений и комплексов	1			30.09	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
14	Самоконтроль: техника дыхания и выполнения физических упражнений; внешние признаки утомления во время занятий физической культурой	1			02.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
15	Техника выполнения музыкально-сценических и ролевых подвижных игр	1			05.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
16	Техника выполнения спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1			07.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
17	Проектирование и выполнение игровых заданий	1			09.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
18	Виды танцевальных движений	1			1210	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
19	Основные элементы физических упражнений	1			14.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
20	Организующие команды и приемы при построении, передвижении, расчёте	1			16.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

21	Техника выполнения гимнастического шага	1			19.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
22	Техника выполнения шагов: приставные шаги вперёд, в сторону на полной стопе	1			21.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
23	Техника выполнения шагов: шаги с продвижением вперёд на носках, пятках, на полной стопе	1			23.10	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
24	Техника выполнения шагов: шаги с наклоном туловища вперед, в сторону	1			06.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
25	Техника выполнения различных видов гимнастического бега	1			09.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
26	Техника выполнения небольших прыжков в полном приседе	1			11.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
27	Техника выполнения упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата	1			13.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
28	Характерные ошибки при выполнении упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата	1			16.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
29	Техника выполнения упражнений для формирования стопы	1			18.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
30	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности голеностопного сустава	1			20.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
31	Техника выполнения упражнений для увеличения эластичности мышц стопы	1			23.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
32	Техника выполнения упражнений для выворотности стоп	1			25.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
33	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц стопы	1			27.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

34	Техника выполнения упражнений для растяжки задней поверхности бедра	1			30.11	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
35	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1			02.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
36	Методика составления комбинаций упражнений	1			04.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
37	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1			07.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
38	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса	1			09.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
39	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц спины	1			11.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
40	Техника выполнения упражнений для разогревания мышц спины	1			14.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
41	Техника выполнения упражнений для развития гибкости позвоночника	1			16.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
42	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности плечевого пояса	1			18.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
43	Техника выполнения различных видов ходьбы для развития координации	1			21.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
44	Техника выполнения различных видов бега для развития координации	1			23.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
45	Техника выполнения подскоков и прыжков через скакалку	1			25.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
46	Техника выполнения упражнений с мячом: баланс, передача, отбивы	1			2812	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
47	Техника выполнения упражнений с мячом: перекаты, броски, перебросы, ловли	1			30.12	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

48	Техника выполнения танцевальных шагов	1			11.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
49	Техника вращения кистью руки скакалки, сложенной вчетверо	1			13.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
50	Техника вращения вдвое сложенной скакалки в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях	1			15.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
51	Техника вращения скакалки в боковой плоскости справа налево	1			18.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
52	Техника выполнения специальных упражнений: повороты, прыжки	1			20.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
53	Техника выполнения специальных упражнений: равновесия	1			22.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
54	Методика контроля величины нагрузки и дыхания при выполнении упражнений	1			25.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
55	Основные правила участия в музыкально-сценических играх	1			27.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
56	Музыкально-сценические игры с элементами гимнастических упражнений	1			29.01	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
57	Основные правила проведения ролевых подвижных игр	1			01.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
58	Ролевые подвижные игры	1			03.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
59	Формирование навыков участия в общеразвивающих играх	1			05.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
60	Техника выполнения гимнастических упражнений в игровой деятельности	1			08.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
61	Практика выполнения гимнастических упражнений в общеразвивающих играх	1			10.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

62	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: передача образа движением	1			12.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
63	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: соблюдение музыкального ритма	1			22.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
64	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: восприятие образа через музыку и движение	1			24.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
65	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: игровые задания по ролям	1			26.02	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
66	Игровые задания, направленные на тестирование гибкости	1			01.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
67	Игровые задания, направленные на тестирование координационно-скоростных способностей	1			03.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
68	Игры с гимнастическим предметом	1			05.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
69	Проектирование и проведение игр с гимнастическим предметом	1			10.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
70	Основные правила участия в спортивных эстафетах с гимнастическими предметами	1			12.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
71	Спортивные эстафеты со скакалкой	1			15.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
72	Спортивные эстафеты с мячом	1			17.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
73	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом (мячом)	1			19.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

74	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом (скакалкой)	1			22.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
75	Организующие команды при построении	1			24.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
76	Организующие команды при передвижении, перестроении	1			26.03	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
77	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование стопы	1			05.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
78	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование осанки	1			07.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
79	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на развитие гибкости	1			09.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
80	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на развитие координации	1			12.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
81	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1			14.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
82	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц бедер	1			16.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
83	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины	1			19.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

84	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног	1			21.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
85	Техника выполнения комбинаций упражнений общей разминки для подготовки к физическим нагрузкам	1			23.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
86	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1			26.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
87	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: наклоны туловища вперед, назад и в стороны	1			28.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
88	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: полуприседы	1			30.04	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
89	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры с отведение ноги вперед, назад, в сторону, не отрывая от носка	1			05.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
90	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: приставные шаги в сторону и поворот	1			07.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
91	Техника выполнения спортивных упражнений на выталкивание соперника	1			12.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
92	Техника выполнения спортивных упражнений на теснение соперника грудь в грудь руки за спиной	1			14.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
93	Техника выполнения спортивных упражнений на теснение соперника, сидя спина к спине, ноги в упор	1			17.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher

94	Техника выполнения спортивных упражнений на перетягивание соперника в свою сторону	1			19.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
95	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника одной рукой	1			21.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
96	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника двумя руками	1			24.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
97	Техника выполнения подводящих упражнений к выполнению шпагатов	1			26.05	https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
98	Техника выполнения подводящих упражнений к выполнению упражнения «мост». Техника выполнения подводящих упражнений к выполнению упражнения «кувырок»	1				https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
99	Техника выполнения упражнений спортивной борьбы	1				https://www.google.com/url?q=https://uchi.ru/teacher
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура: 1-й класс: учебник; 14-е издание, переработанное Матвеев А.П. Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение».

Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник».

Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Российский учебник: вебинары, методическая литература, учебники https://rosuchebnik.ru/.
2. Мультиурок – Сайт учителей Физической культуры, подготовка к олимпиадам. https://multiurok.ru/all-sites/fizkultura/.
3. Коллекция цифровых образовательных ресурсов – статьи в научных журналах о преподавании физической культуры: http://schoolcollection.edu.ru/catalog/teacher.
4. Физкультура в школе - материалы по всем разделам программы с 1 по 11 классы в помощь учителю физической культуры: http://www.fizkulturavshkole.ru/.
5. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура»: программы, презентации, тестовые задания: http://www.openclass.ru/.
6. Сайт учителей физической культуры: программы по видам спорта, кроссворды, статьи, комплексы упражнений, правила соревнований: http://fizkultura-na5.ru/ https://fk-i-s.ru/
7. Учительский портал - программы, презентации, тестовые задания, контрольные вопросы, конспекты: https://www.uchportal.ru/load/101 8. Библиотека цифрового образовательного контента: https://моиуроки.рф/
8. Библиотека цифрового образовательного контента: https://моиуроки.рф/