

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия № 131» г. Барнаул

Принято  
Педагогическим советом  
Протокол № 10 от 25.08.2023

Утверждено  
приказом директора  
№ 02-02/333-осн от 31.08.2023



Рабочая программа  
учебного предмета «Физическая культура»  
для 1 класса  
начального общего образования  
на 2023 - 2024 учебный год

Составитель: Ложечко Д.В  
учитель физической культуры  
первой квалификационной категории

Барнаул 2023

## **1. Пояснительная записка**

### **1.1. Общие положения**

Настоящая рабочая программа разработана на основе:

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";

- Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Гимназия № 131»

- годового календарного учебного графика;

- учебного плана.

С использованием учебника для 1 класса общеобразовательных организаций: Матвеев А.П. Физическая культура: 1 класс. Москва, АО «Издательство «Просвещение» 2023

### **1.2. Цели изучения учебного предмета**

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 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 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, операционный 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.

### **1.3. Место предмета в учебном плане**

Согласно учебному плану гимназии на изучение физической культуры в 1 классах отводится 2 часа в неделю. Третий час за счет часов внеурочной деятельности. В соответствии с годовым календарным учебным графиком в учебном году 33 недели.

Класс	1
Кол-во часов в неделю	2
Кол-во часов за учебный год	66

### **1.4. Отличительные особенности рабочей программы**

Тематическое планирование учебного материала полностью соответствует программе начального общего образования по физической культуре.

Теоретический материал раздела «Знания о физической культуре» распределен в уроках №; 1,2.

Теоретический материал раздела «Способы самостоятельной деятельности» содержится в уроках № 3

Раздел «Оздоровительная физическая культура» распределен в уроках № 4, 5, 6.

В связи с тем, что гимназия не имеет бассейн, уроки модуля «Плавательная подготовка» не проводятся.

### **1.5. Учет рабочей программы воспитания**

Рабочая программа составлена с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал предмета реализуется через:

побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления че-

любопытства и добросердечности, через подбор соответствующих упражнений, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

включение в урок игровых процедур, которые помогают поддерживать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, дискуссий, групповой работы или работы в парах, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся;

создание возможности приобрести опыт ведения конструктивного диалога, командной работы и взаимодействия с другими обучающимися.

## **2. 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 физкультурников 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.

### 3. Планируемые образовательные результаты

#### 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.

#### **4. Тематическое поурочное планирование по физической культуре 1 класс, 2 часа в неделю, всего 66 часов.**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел. Физическое совершенствование</b>			
<b>Модуль «Легкая атлетика» 6ч</b>			
1.	Правила поведения на уроках физической культуры. Что такое физическая культура. Чем отличается ходьба от бега. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/</a>
2.	Современные физические упражнения. Упражнения в передвижении с изменением скорости.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/</a>

	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью.		
3.	Режим дня и правила его составления и соблюдения. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/</a>
4.	Личная гигиена и гигиенические процедуры. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/</a>
5.	Осанка человека. Упражнения для осанки. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/</a>
6.	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/</a>
Модуль «Подвижные и спортивные игры» 10ч			
7.	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Считалки для подвижных игр.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/</a>
8.	Обучение способам организации игровых площадок. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/</a>
9.	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/</a>
10.	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/</a>
11.	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/</a>
12.	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/</a>
13.	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/</a>
14.	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/</a>
15.	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/</a>
16.	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/</a>
Модуль «Гимнастика с основами акробатики» 14ч			
17.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Акробатические упражнения, основные техники.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/</a>
18.	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/</a>

	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Акробатические упражнения, основные техники.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/">esson/4102/start/</a>
19.	Способы построения и повороты стоя на месте. Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/</a>
20.	Способы построения и повороты стоя на месте. Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег).	1	<a href="https://lib.myschool.edu.ru/content/3398">https://lib.myschool.edu.ru/content/3398</a>
21.	Учимся гимнастическим упражнениям. Гимнастические упражнения с мячом. Гимнастические упражнения со скакалкой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/</a>
22.	Гимнастические упражнения с мячом. Гимнастические упражнения со скакалкой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/</a>
23.	Гимнастические упражнения в прыжках. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
24.	Гимнастические упражнения в прыжках. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
25.	Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
26.	Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
27.	Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
28.	Разучивание прыжков в группировке. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами.	1	
29.	Разучивание прыжков в группировке. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	
30.	Разучивание прыжков в группировке. Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами.	1	
Модуль «Лыжная подготовка» 8ч			
31.	Строевые упражнения с лыжами в руках. Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/</a>
32.	Строевые упражнения с лыжами в руках. Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/</a>
33.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/</a>
34.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/</a>



35.	Техника ступающего шага во время передвижения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/</a>
36.	Техника ступающего шага во время передвижения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/</a>
37.	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации . Упражнения в передвижении на лыжах.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/</a>
38.	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации. Упражнения в передвижении на лыжах.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/</a>
Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» 4ч			
39.	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/</a>
40.	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/</a>
41.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/</a>
42.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/</a>
Модуль «Подвижные игры» 4ч			
43.	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/</a>
44.	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/</a>
45.	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/</a>
46.	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/</a>
Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» 14ч			
47.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/</a>
48.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры.	1	

49.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/</a>
50.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/</a>
51.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры.	1	
52.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/</a>
53.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры.	1	
54.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры.	1	
55.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры.	1	
56.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры.	1	
57.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/</a>
58.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/</a>
59.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/</a>
60.	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/</a>
Модуль «Легкая атлетика» 6ч.			
61.	Правила выполнения прыжка в длину с места. Разучивание выполнения прыжка в длину с места.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/</a>
62.	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами. Обучение прыжку в длину с места в полной координации.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/</a>
63.	Разучивание техники выполнения прыжка в	1	

	длину и в высоту с прямого разбега. Приземление после прыгивания с горки матов.		
64.	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега. Приземление после прыгивания с горки матов.	1	
65.	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке. Разучивание фазы приземления из прыжка.	1	
66.	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке. Разучивание фазы приземления из прыжка.	1	

**5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение**  
Учебник: В.И. Лях Физическая культура 1-4 классы. Москва «Просвещение» 2012

**6. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Количество
Музыкальный центр	1
Стенка гимнастическая	6
Скамейка гимнастическая жесткая (2 м; 4 м)	4
Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	6
Мяч	30
Лыжи	30
Гимнастический Мат	10

### Лист внесения изменений 1 «А» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя

### Лист внесения изменений 1 «Б» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя

### Лист внесения изменений 1 «В» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя

### Лист внесения изменений 1 «Г» класс

№ п/п	Дата внесения изменений	Кол-во скорректированных уроков	В чем состоят изменения	Номера уроков, которые были интегрированы	Причина изменений № приказа, дата его издания	Согласование с зам. директора по УВР	Подпись учителя