|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Общеобразовательная автономная некоммерческая организация

«Гимназия имени Петра Первого

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учителя физкультуры

Черникова Евгения Ивановича

по учебному предмету «Физическая культура»

для 1 класса

2 часа в неделю

2022 - 2023 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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 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 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 ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 1 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, 66 часов за учебный год..

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 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 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 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 | 1 | 0 | 0 | 02.09.2022 | 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; | Устный  опрос; | Интернет ресурсы |
| Итого по разделу | | 1 |  | | | | | |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | | | | | | | |
| 2.1. | Режим дня школьника | 1 | 0 | 0 | 06.09.2022 | знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления, уточняют индивидуальные мероприятия и заполняют таблицу (по образцу, с помощью родителей); | Устный  опрос; | Интернет ресурсы |
| Итого по разделу | | 1 |  | | | | | |
| ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ | | | | | | | | |
| Раздел 3. Оздоровительная физическая культура | | | | | | | | |
| 3.1. | Личная гигиена и гигиенические процедуры | 1 | 0 | 1 | 01.11.2022 | знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня; | Устный  опрос; | Интернет ресурсы |
| 3.2. | Осанка человека | 1 | 0 | 1 | 13.09.2022 | знакомятся с возможными причинами нарушения осанки и способами её профилактики; | Устный  опрос; | Интернет ресурсы |
| 3.3. | Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника | 1 | 0 | 1 | 18.01.2023 | обсуждают рассказ учителя о пользе утренней зарядки, правилах выполнения входящих в неё упражнений; | Устный  опрос; | Интернет ресурсы |
| Итого по разделу | | 3 |  |  |  |  |  |  |
| Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | | | | | | | |
| 4.1. | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Правила поведения на уроках физической культуры | 1 | 0 | 0 | 04.10.2022 | знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе; | Устный  опрос; | Интернет ресурсы |
| 4.2. | *Модуль "Гимнастика с основами*  *акробатики".* Исходные положения в физических упражнениях | 1 | 0 | 1 | 07.10.2022 | знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;; | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.3. | *Модуль "Гимнастика с основами*  *акробатики".* Строевые упражнения и  организующие команды на уроках физической культуры | 2 | 0 | 2 | 18.10.2022 | разучивают способы построения стоя на месте (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два); | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.4. | *Модуль "Гимнастика с основами*  *акробатики".* Гимнастические упражнения | 3 | 0 | 3 | 21.10.2022 | разучивают упражнения с гимнастическим мячом (подбрасывание одной рукой и двумя руками; перекладывание с одной руки на другую;  прокатывание под ногами; поднимание ногами из положения лёжа на полу);; | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.5. | *Модуль "Гимнастика с основами*  *акробатики".* Акробатические упражнения | 5 | 1 | 5 | 25.10.2022 | обучаются подъёму ног из положения лёжа на животе; обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа; | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.6. | Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке  подготовке | 1 | 0 | 1 | 16.01.2023 | разучивают способы передвижения в колонне по два с лыжами в руках; | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.7. | Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом | 9 | 1 | 9 | 23.01.2023 | наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя скользящим шагом, уточняют отдельные её элементы, сравнивают с  техникой ступающего шага, выделяют отличительные признаки; | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.8. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* Равномерное передвижение в ходьбе и беге | 18 | 1 | 18 | 20.09.2022 | обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью; | Контрольная работа; | Интернет ресурсы |
| 4.9. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* Прыжок в длину с места | 1 | 1 | 1 | 23.09.2022 | разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону); | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.10 | *Модуль "Лёгкая атлетика".* Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега | 1 | 0 | 1 | 27.09.2022 | разучивают фазу приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки); | Практическая работа; | Интернет ресурсы |
| 4.11 | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".* Подвижные игры | 24 | 0 | 24 | 30.09.2022 | разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок | Контрольная работа; | Интернет ресурсы |
| Итого по разделу | | 66 |  | | | | | |
| Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура | | | | | | | | |
| 5.1. | Рефлексия: демонстрация прироста  показателей физических качеств к  нормативным требованиям комплекса ГТО | 18 | 1 | 1 | 29.05.2023 | демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; | Контрольная работа; | Интернет ресурсы |
| Итого по разделу | | 18 |  | | | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 66 | 5 | 61 |  | | | |

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 | 0 | 02.09.2022 | Устный опрос |
| 2. | .Режим дня школьника | 1 | 0 | 0 | 06.09.2022 | Устный опрос |
| 3. | Инструктаж по ТБ Основная стойка. Построение в  колонну по одному и в  шеренгу. | 1 | 0 | 1 | 09.09.2022 | Практическая работа |
| 4. | Перестроение по звеньям. Размыкание на вытянутые в стороны руки | 1 | 0 | 1 | 13.09.2022 | Практическая работа |
| 5. | Повороты направо, налево. | 1 | 0 | 1 | 16.09.2022 | Практическая работа |
| 6. | Инструктаж по ТБ. Ходьба и бег. Бег с ускорением. | 1 | 0 | 1 | 20.09.2022 | Практическая работа |
| 7. | К.р. Бег 30 м. | 1 | 1 | 1 | 23.09.2022 | Контрольная работа |
| 8. | Бег 60 м. | 1 | 0 | 1 | 27.09.2022 | Практическая работа |
| 9. | Бег из различных и.п.  Смешанное передвижение до 600 м. | 1 | 0 | 1 | 30.09.2022 | Практическая работа |
| 10. | Равномерный, медленный бег до 3 мин. | 1 | 0 | 1 | 04.10.2022 | Практическая работа |
| 11. | К.р. Прыжок в длину с места. | 1 | 1 | 1 | 07.10.2022 | Контрольная работа |
| 12. | Прыжки со скакалкой. | 1 | 0 | 1 | 18.10.2022 | Практическая работа |
| 13. | Эстафеты с прыжками. | 1 | 0 | 1 | 21.10.2022 | Практическая работа |
| 14. | Метание малого мяча на дальность. | 1 | 0 | 1 | 25.10.2022 | Практическая работа |
| 15. | Метание малого мяча с места на дальность. | 1 | 0 | 1 | 28.10.2022 | Практическая работа |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16. | Инструктаж по ТБ Игры «К своим флажкам», «Два  мороза». Личная гигиена и гигиенические процедуры | 1 | 0 | 0 | 01.11.2022 | Устный опрос |
| 17. | Игры «Класс, смирно!», «Октябрята». | 1 | 0 | 1 | 08.11.2022 | Практическая работа |
| 18. | Игры «Метко в цель», «Погрузка арбузов». | 1 | 0 | 1 | 11.11.2022 | Практическая работа |
| 19. | Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». | 1 | 0 | 1 | 15.11.2022 | Практическая работа |
| 20. | «Кто дальше бросит». Эстафеты. | 1 | 0 | 1 | 18.11.2022 | Практическая работа |
| 21. | Осанка человека | 1 | 0 | 0 | 29.11.2022 | Устный опрос |
| 22. | Группировка. | 1 | 0 | 1 | 02.12.2022 | Практическая работа |
| 23. | Перекаты в группировке, лежа на животе. | 1 | 0 | 1 | 06.12.2022 | Практическая работа |
| 24. | Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. | 1 | 0 | 1 | 09.12.2022 | Практическая работа |
| 25. | Упоры, седы, упражнения в группировке. | 1 | 0 | 1 | 13.12.2022 | Практическая работа |
| 26. | Стойка на лопатках. | 1 | 0 | 1 | 16.12.2022 | Практическая работа |
| 27. | Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. | 1 | 0 | 1 | 20.12.2022 | Практическая работа |
| 28. | Опорный прыжок с места  через гимнастического козла. | 1 | 0 | 1 | 23.12.2022 | Практическая работа |
| 29. | Лазание по гимнастической стенке. | 1 | 0 | 1 | 27.12.2022 | Практическая работа |
| 30. | Лазание по наклонной скамейке на коленях. | 1 | 0 | 1 | 10.01.2023 | Практическая работа |
| 31. | Физические упражнения. | 1 | 0 | 1 | 13.01.2023 | Практическая работа |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 32. | Тб на уроках по лыжной  подготовке. Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника | 1 | 0 | 0 | 17.01.2023 | Устный опрос |
| 33. | Ступающий шаг. | 1 | 0 | 1 | 20.01.2023 | Практическая работа |
| 34. | Поворот на лыжах переступанием. | 1 | 0 | 1 | 24.01.2023 | Практическая работа |
| 35. | Ступающий шаг. | 1 | 0 | 1 | 27.01.2023 | Практическая работа |
| 36. | Спуск на лыжах без палок. | 1 | 0 | 1 | 31.01.2023 | Практическая работа |
| 37. | Подъём на лыжах разными способами. | 1 | 0 | 1 | 03.02.2023 | Практическая работа |
| 38. | Торможение. | 1 | 0 | 1 | 07.02.2023 | Практическая работа |
| 39. | Скользящий шаг с палками. | 1 | 0 | 1 | 10.02.2023 | Практическая работа |
| 40. | Подъём на лыжах с палками. | 1 | 0 | 1 | 14.02.2023 | Практическая работа |
| 41. | Движение "змейкой" на лыжах. | 1 | 0 | 1 | 17.02.2023 | Практическая работа |
| 42. | Бросок мяча снизу на месте. | 1 | 0 | 1 | 21.02.2023 | Практическая работа |
| 43. | Ловля мяча на месте. | 1 | 0 | 1 | 28.02.2023 | Практическая работа |
| 44. | Ловля и броски мяча на месте. | 1 | 0 | 1 | 03.03.2023 | Практическая работа |
| 45. | Игра «Передача мячей в колоннах». | 1 | 0 | 1 | 14.03.2023 | Практическая работа |
| 46. | Передача мяча снизу на месте. | 1 | 0 | 1 | 17.03.2023 | Практическая работа |
| 47. | Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». | 1 | 0 | 1 | 21.03.2023 | Практическая работа |
| 48. | Эстафеты с мячами. | 1 | 0 | 1 | 24.03.2023 | Практическая работа |
| 49. | Игра «Гонка мячей по кругу». | 1 | 0 | 1 | 28.03.2023 | Практическая работа |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 50. | Бросок мяча снизу на месте в щит. | 1 | 0 | 1 | 31.03.2023 | Практическая работа |
| 51. | Игра в мини-баскетбол. | 1 | 0 | 1 | 04.04.2023 | Практическая работа |
| 52. | Физические качества человека | 1 | 0 | 0 | 07.04.2023 | Устный опрос |
| 53. | Эстафеты с мячами. Игра «Мяч в обруч». | 1 | 0 | 1 | 11.04.2023 | Практическая работа |
| 54. | Игра «Не давай мяча водящему». | 1 | 0 | 1 | 14.04.2023 | Практическая работа |
| 55. | Эстафеты с мячами. Игра «Не давай мяча водящему». | 1 | 0 | 1 | 18.04.2023 | Практическая работа |
| 56. | Игра «Перестрелка». | 1 | 0 | 1 | 21.04.2023 | Практическая работа |
| 57. | Бег с изменением  направления, ритма и темпа. | 1 | 0 | 1 | 25.04.2023 | Практическая работа |
| 58. | К.р. Бег (30 м). Подвижная игра «Воробьи и вороны». | 1 | 1 | 1 | 28.04.2023 | Контрольная работа |
| 59. | Бег (60 м). Подвижная игра «День и ночь». | 1 | 0 | 1 | 12.05.2023 | Практическая работа |
| 60. | Челночный бег. | 1 | 0 | 1 | 16.05.2023 | Практическая работа |
| 61. | К.р.Кросс1 км. | 1 | 0 | 1 | 19.05.2023 | Контрольная работа |
| 62-63. | Прыжок в длину с места. | 1 | 0 | 1 | 23.05.2023 | Практическая работа |
| 64-65. | К.р. Прыжок в длину с разбега. | 1 | 1 | 1 | 26.05.2023 | Контрольная работа |
| 66. | Метание малого мяча с места на дальность и заданное  расстояние | 1 | 0 | 1 | 29.05.2023 | Практическая работа |
|  | Общее количество часов по программе | 66 | 5 | 61 |  |  |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Настольная книга учителя физической культуры / авт.-сост. Матвеев А.П., М : Физкультура и спорт, 2016. 1. Методические рекомендации при планировании прохождения материала по физической культуре в общеобразовательных учреждениях на основе баскетбола (программа А. П. Матвеева) / .

2. Комплексная программа физического воспитания учащихся: 1-11 классы / А.П Матвеев // Физкультура в школе. - 2016.

Электронные образовательные ресурсы по физической культуре

1.    <http://school-collection.edu.ru/->  ЕДИНАЯ КОЛЛЕКЦИЯ  
ЦИФРОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ  
  
2.    Физкультура в школе- [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/)  
  
3.    <http://fizkultura-na5.ru/>  
  
4.    <https://fk-i-s.ru/>  
  
5.    Сайт "Я иду на урок физкультуры" <http://spo.1september.ru/urok/>  
  
6.    Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>  
  
7.    Раздел: Физическая культура и спорт Сайт Rus.Edu<http://www.rusedu.ru/fizkultura/list_49.html>  
  
8.    Образовательные сайты для учителей физической культуры <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9>

9. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» <http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com>