

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики Республики Коми

МБОУ "СОШ" с. Щельябож

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР

Рочева Л.О.

Протокол №115  
от "29.08.2022" г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор

Приказ №  
от "" г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 636283)**

учебного предмета  
«Физическая культура»

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

Составитель: Кушакова Елена Александровна  
учитель физической культуры

с. Щельябож 2022

## 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 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 «Прикладноориентированная 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 3 часа в неделю, суммарно 96 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 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 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	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;	РЭШ
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника	2	0	0	07.09.2022	обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		2						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	09.09.2022	знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека;;	Устный опрос;	РЭШ
3.2.	Осанка человека	1	0	0	10.09.2022	знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;;	Устный опрос;	РЭШ
3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	14.09.2022	обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		3						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	4	0	0	12.09.2022	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;;	Устный опрос;	РЭШ
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	6	0	0	16.09.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;;	Устный опрос;	РЭШ
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	6	0	0	17.09.2022	наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;;	Устный опрос;	РЭШ
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	7	0	0	20.09.2022	разучивают стилизованные передвижения (гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом);;	Устный опрос;	РЭШ

4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	6	0	0	22.09.2022	обучаются подъёму туловища из положения лёжа на спине и животе;;	Устный опрос;	РЭШ
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	12	0	0	23.09.2022	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
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	6	0	0	27.09.2022	разучивают имитационные упражнения техники передвижения на лыжах ступающим шагом, контролируют отдельные её элементы;;	Устный опрос;	РЭШ
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	7	0	0	28.09.2022	обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения с использованием метронома;;	Устный опрос;	РЭШ
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	7	0	0	29.09.2022	разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону);;	Устный опрос;	РЭШ
4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	7	0	0	03.10.2022	разучивают фазу отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением);;	Устный опрос;	РЭШ
4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	10	0	0	06.10.2022	разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		78						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	11	0	0	07.10.2022	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		11						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		96	0	0				



## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Правила по технике безопасности на уроках физической культуры. Повороты. Бег.	1	0	0	02.09.2022	Устный опрос;
2.	Прыжок в длину с места. Метание 1 кг мяча.	1	0	0	05.09.2022	Устный опрос;
3.	Метание 1 кг мяча. Челночный бег.	1	0	0	07.09.2022	Устный опрос;
4.	Челночный бег 3х10м. Прыжок в длину с места	1	0	0	09.09.2022	Устный опрос;
5.	Бег 1000м. Многоскоки.	1	0	0	12.09.2022	Устный опрос;
6.	Прыжки в высоту. Челночный бег 3х10м.	1	0	0	14.09.2022	Устный опрос;
7.	Прыжки в высоту. Многоскоки.	1	0	0	16.09.2022	Устный опрос;
8.	Прыжки в высоту. Метание мяча в цель.	1	0	0	19.09.2022	Устный опрос;
9.	Прыжки в высоту способом «перешагивание». Эстафеты.	1	0	0	21.09.2022	Устный опрос;
10.	Гимнастика. Техника безопасности. Перекаты.	1	0	0	23.09.2022	Устный опрос;
11.	Повороты. Перекаты. Кувырок вперёд.	1	0	0	26.09.2022	Устный опрос;
12.	Перекаты. Кувырок вперёд. Стойка на лопатках.	1	0	0	28.09.2022	Устный опрос;
13.	Перелезание через коня. Висы и упоры.	1	0	0	30.09.2022	Устный опрос;
14.	Перекаты. Кувырок вперёд. Упражнения в равновесии.	1	0	0	03.10.2022	Устный опрос;
15.	Перекаты. Кувырок вперёд. Упражнения в равновесии.	1	0	0	05.10.2022	Устный опрос;

16.	Перекаты. Кувырок вперёд. Висы и упоры	1	0	0	07.10.2022	Устный опрос;
17.	Висы и упоры. Танцевальные шаги.	1	0	0	17.10.2022	Устный опрос;
18.	Стойка на лопатках. Висы и упоры.	1	0	0	19.10.2022	Устный опрос;
19.	Упражнения в равновесии. Висы и упоры.	1	0	0	21.10.2022	Устный опрос;
20.	Танцевальные шаги. Висы и упоры.	1	0	0	24.10.2022	Устный опрос;
21.	Упражнения в виси на брусках. Поднимание туловища.	1	0	0	26.10.2022	Устный опрос;
22.	Мост из положения лёжа. Сгибание и разгибание рук в упоре.	1	0	0	28.10.2022	Устный опрос;
23.	Сгибание и разгибание рук в упоре.	1	0	0	31.10.2022	Устный опрос;
24.	Поднимание туловища из положения лёжа. Висы и упоры.	1	0	0	02.11.2022	Устный опрос;
25.	Вис на перекладине. Лазание по канату.	1	0	0	07.11.2022	Устный опрос;
26.	Наклон вперёд сидя. Подтягивание.	1	0	0	09.11.2022	Устный опрос;
27.	Поднимание ног из виси. Акробатические упражнения.	1	0	0	11.11.2022	Устный опрос;
28.	Лазание по канату. Акробатические упражнения.	1	0	0	14.11.2022	Устный опрос;
29.	Подтягивание. Лазание и перелезание.	1	0	0	16.11.2022	Устный опрос;
30.	Прыжки со скакалкой. Акробатические упражнения.	1	0	0	18.11.2022	Устный опрос;
31.	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ловля и передача мяча.	1	0	0	28.11.2022	Устный опрос;
32.	Ловля, передача, ведение мяча.	1	0	0	30.11.2022	Устный опрос;
33.	Ловля, передача, ведение мяча.	1	0	0	02.12.2022	Устный опрос;

34.	Передача, ведение, бросок мяча.	1	0	0	05.12.2022	Устный опрос;
35.	Ведение шагом и бегом.	1	0	0	07.12.2022	Устный опрос;
36.	Ведение мяча.	1	0	0	09.12.2022	Устный опрос;
37.	Ведение мяча.	1	0	0	12.12.2022	Устный опрос;
38.	Броски, передача мяча.	1	0	0	14.12.2022	Устный опрос;
39.	Броски мяча в кольцо.	1	0	0	16.12.2022	Устный опрос;
40.	Ловля и передача мяча.	1	0	0	19.12.2022	Устный опрос;
41.	Ведение мяча шагом и бегом.	1	0	0	21.12.2022	Устный опрос;
42.	Бросок мяча в кольцо.	1	0	0	23.12.2022	Устный опрос;
43.	Эстафеты.	1	0	0	26.12.2022	Устный опрос;
44.	Подвижные игры.	1	0	0	28.12.2022	Устный опрос;
45.	Эстафеты с прыжками, бегом и метаниями.	1	0	0	30.12.2022	Устный опрос;
46.	Командные игры. Эстафеты.	1	0	0	09.01.2023	Устный опрос;
47.	Эстафеты с бегом и прыжками.	1	0	0	11.01.2023	Устный опрос;
48.	Эстафеты с бегом и прыжками, бегом и метаниями. «Перестрелка»	1	0	0	13.01.2023	Устный опрос;
49.	Лыжная подготовка. Техника безопасности. Поворот переступанием	1	0	0	16.01.2023	Устный опрос;
50.	Ступающий шаг.	1	0	0	18.01.2023	Устный опрос;
51.	Ступающий шаг без палок.	1	0	0	20.01.2023	Устный опрос;

52.	Передвижение по дистанции.	1	0	0	23.01.2023	Устный опрос;
53.	Ступающий шаг с палками	1	0	0	25.01.2023	Устный опрос;
54.	Спуски с горы и подъём в гору.	1	0	0	27.01.2023	Устный опрос;
55.	Подъём лесенкой и ёлочкой.	1	0	0	30.01.2023	Устный опрос;
56.	Скользкий шаг без палок.	1	0	0	01.02.2023	Устный опрос;
57.	Подъём ёлочкой. Скользящий шаг с палками	1	0	0	03.02.2023	Устный опрос;
58.	Прохождение дистанции.	1	0	0	06.02.2023	Устный опрос;
59.	Подвижные игры. Эстафеты.	1	0	0	08.02.2023	Устный опрос;
60.	Спуски с горы в различных стойках.	1	0	0	10.02.2023	Устный опрос;
61.	Попеременный 2-шажный ход. Гонки 100 м.	1	0	0	13.02.2023	Устный опрос;
62.	Попеременный 2-шажный ход. Подъём ёлочкой.	1	0	0	15.02.2023	Устный опрос;
63.	Попеременный 2-шажный ход.	1	0	0	17.02.2023	Устный опрос;
64.	Попеременный 2-шажный ход.	1	0	0	27.02.2023	Устный опрос;
65.	Прохождение дистанции 1 км.	1	0	0	01.03.2023	Устный опрос;
66.	Передвижение по дистанции.	1	0	0	03.03.2023	Устный опрос;
67.	Гонки 200 м. Спуски и подъём в гору.	1	0	0	06.03.2023	Устный опрос;
68.	Спуски и подъёмы в гору.	1	0	0	08.03.2023	Устный опрос;
69.	Попеременный 2-шажный ход.	1	0	0	10.03.2023	Устный опрос;

70.	Передвижение по дистанции.	1	0	0	13.03.2023	Устный опрос;
71.	Спуски с горы в различных стойках.	1	0	0	17.03.2023	Устный опрос;
72.	Спуски с горы с заданиями.	1	0	0	20.03.2023	Устный опрос;
73.	Спуски с горы и подъём в гору.	1	0	0	22.03.2023	Устный опрос;
74.	Гонки 1 км. Спуски с горы с заданиями.	1	0	0	24.03.2023	Устный опрос;
75.	Подвижные игры.	1	0	0	27.03.2023	Устный опрос;
76.	Подвижные игры.	1	0	0	29.03.2023	Устный опрос;
77.	Гонки 1 км.	1	0	0	31.03.2023	Устный опрос;
78.	Эстафеты и подвижные игры.	1	0	0	03.04.2023	Устный опрос;
79.	Подвижные игры с элементами баскетбола. Элементы баскетбола.	1	0	0	05.04.2023	Устный опрос;
80.	Подвижные игры с прыжками.	1	0	0	07.04.2023	Устный опрос;
81.	Подвижные игры с бегом. Прыжки в длину с места.	1	0	0	10.04.2023	Устный опрос;
82.	Подвижные игры с прыжками.	1	0	0	12.04.2023	Устный опрос;
83.	Элементы баскетбола.	1	0	0	14.04.2023	Устный опрос;
84.	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	0	0	24.04.2023	Устный опрос;
85.	Командные подвижные игры	1	0	0	26.04.2023	Устный опрос;
86.	Командные подвижные игры	1	0	0	28.04.2023	Устный опрос;
87.	Командные подвижные игры	1	0	0	01.05.2023	Устный опрос;

88.	6-минутный бег.	1	0	0	03.05.2023	Устный опрос;
89.	Многоскоки.	1	0	0	05.05.2023	Устный опрос;
90.	Прыжки в высоту способом «перешагивание».	1	0	0	08.05.2023	Устный опрос;
91.	Прыжки в высоту способом «перешагивание».	1	0	0	10.05.2023	Устный опрос;
92.	Прыжки в высоту способом «перешагивание».	1	0	0	12.05.2023	Устный опрос;
93.	Прыжки в высоту способом «перешагивание».	1	0	0	15.05.2023	Устный опрос;
94.	Многоскоки. Бег 30м. Прыжки в длину с разбега.	1	0	0	17.05.2023	Устный опрос;
95.	Бег 1000м.	1	0	0	19.05.2023	Устный опрос;
96.	Метание мяча в цель и на дальность. Прыжки в длину с разбега.	1	0	0	22.05.2023	Устный опрос;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		96	0	0		

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

---

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

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

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Поурочное планирование

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

РЭШ

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

---

### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Лыжи, мячи, стойки для прыжков в высоту, гимнастические снаряды

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ**

нет



