

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Забайкальского края

Комитет образования администрации муниципального района «Карымский район»

МОУ ООШ №5 п. Дарасун

РАССМОТРЕНО Руководитель ШМО _____/Пальшина Э.В./ Протокол №1 от «31» августа 2023г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР _____/Фёдорова Ю.В./ Протокол №1 от «31» августа 2023г.	УТВЕРЖДАЮ Директор МОУ ООШ №5 п.Дарасун _____/Ненашев Е.А./ Приказ №63 от «31» августа 2023г.
---	--	---

Образовательная программа
(рабочая)
по физической культуре
в 1 классе
на 2023-28 учебный год

Составитель: Губарева В.В.,
учитель физической культуры

Дарасун

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 1 класса составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

1.Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ изменения 2015 г.;

2.Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 286

3.Приказ Министерства Просвещения РФ от 12 ноября 2021 г. № 819 "Об утверждении Порядка формирования федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования"

4.Постановления главного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи»

5.Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 18 марта 2022 г. № 1/22

6.Примерной рабочей программы воспитания для общеобразовательных учреждений, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 23 июня 2022г. № 3/2

7.С учётом ООП МОУ ООШ № 5 п. Дарасун.

Учебный план отводит 3 часа для образовательного изучения физической культуры в 1 классе и предусматривает проведение уроков физической культуры в объёме 99 часов (из расчёта 33 учебных недель)

Общая характеристика учебного предмета

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.

Программа начального общего образования ФГОС НОО 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.

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, 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», представленное разделами оздоровительная и спортивно-оздоровительная физическая культура (модули: гимнастика с элементами акробатики, лёгкая атлетика, подвижные игры, кроссовая подготовка, «Прикладно-ориентированная физическая культура»). Школа не располагает условиями для обучения лыжной подготовке и плаванию, поэтому вместо лыжной подготовки введен модуль «кроссовая подготовка». Часы плавания равномерно разделены на другие разделы программы.

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: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю).

Согласно СанПин в первом классе ведется безотметочное обучение. Домашнее задание носит рекомендательный характер.

ПЛАНИРУЕМЫЕ 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 культуры, 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;

-использовать смешанное передвижение до 1 км и пробегать не переходя на шаг до 600м. без учета времени;

-играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1. Знания о физической культуре - 2 часа

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.

2. Способы самостоятельной деятельности -2 часа

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.

3. Спортивно-оздоровительная физическая культура - 95 часов

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, гимнастической палкой 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.

-Кроссовая подготовка

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий, смешанное передвижение до 1 км., кроссовый бег до 600м. без учета времени.

-Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег до 400м. Скоростной бег на дистанции до 30м. 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ*

№ разде ла	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		всего	Теоретиче ских	Практич еских
1.	Знания о физической культуре	2		
	Что такое физическая культура		1	
	Современные физические упражнения		1	
2.	Способы самостоятельной деятельности	2		
	Гигиена человека		1	
	Режим дня школьника		1	
3.	Физическое совершенствование	95		
	<i>Оздоровительная физическая культура</i>			
	Правила безопасного поведения на уроках ФК, роль физкультминутки при выполнении уроков		1	
	Утренняя гигиеническая гимнастика			1
	Осанка человека.			1
	<i>Спортивно-оздоровительная физическая культура</i>			
	Гимнастика с основами акробатики	18		18
	Кроссовая подготовка	12		12
	Легкая атлетика	18		18
	Подвижные и спортивные игры	18		18
	<i>Прикладно-ориентированная физическая культура</i>	26		
	Подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО			26
	Итого	99	5	94

**методические указания

- В случае невозможности выполнения плана, прохождение программы обеспечивается за счёт перераспределения времени. Раздел ОФП распределяется равномерно по всем разделам. Материал даётся в виде круговой тренировки. Кроссовый бег добавляется к разделу «Лёгкая атлетика».
- Допускается смена разделов местами или дробление тем по объективным причинам: резкое изменение погодных условий, нарушения теплового режима и т.д.
- При невозможности выполнения учебного плана по причине отсутствия учителя и замены учителя другим компенсация часов и двигательной активности возможна за счёт внеурочных форм, предусматривающих физкультурно-оздоровительную деятельность (массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, Дни здоровья и т.д.).

- Для более объективной оценки уровня развития быстроты и выносливости контрольные уроки проводятся при плюсовой температуре в безветренную погоду.
- При отмене практических уроков (например, из-за введения ограничительных мероприятий при инфекционных заболеваниях) расширяется раздел «Знания о физической культуре». При повторении ситуации вводится раздел «Русские пашки». Количество часов на другие разделы соответственно уменьшается.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	тема	Количество часов			Дата	Электронно-образовательные ресурсы
		всего	теоретических	практических		
1	Что такое физическая культура	1	1			https://youtu.be/Lc_XplhSQYk
2	Современные физические упражнения	1	1			https://www.youtube.com/watch?v=63ViEPzML6k
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/
5	Правила поведения на уроках физической культуры. Физкультминутка при выполнении уроков.	1	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/
6	Построение «Враспынную». Комплексы утренней зарядки	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/
7	Осанка человека. Упражнения для осанки	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/conspect/
9	Исходные положения в физических упражнениях	1		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/conspect/
10	Основная гимнастика	1		1		
11	Стилизованные способы упражнений, передвижения ходьбой и бегом	1		1		
12	Акробатические упражнения (группировка, перекаты в группировке)	1		1		https://www.youtube.com/watch?v=DXv3NPo9Zoc
13	Акробатические упражнения (перекаты прогнувшись и в группировке)	1		1		
14	Строевые упражнения и организующие команды (построение в общий строй, «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!»)	1		1		https://kidteam.ru/stroevye-uprazhneniya-na-urokah-fizkultury.html
15	Построение в колонну и шеренгу, повороты стоя на месте.	1		1		
16	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1		1		

17	Гимнастические упражнения с мячом	1		1		https://www.youtube.com/watch?v=iEW3t_I1oRY
18	Гимнастические упражнения со скакалкой	1		1		https://yandex.ru/video/preview/13586153971821485315
19	Гимнастические упражнения в прыжках	1		1		
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1		1		https://youtu.be/ygRh9ltWx3I
21	Подъем ног из положения лежа на животе	1		1		
22	Сгибание рук в положении упор лежа	1		1		https://youtu.be/AB6Dk3Rq8UQ
23	Прыжки в группировке	1		1		
24	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1		1		
25	Чем отличается ходьба от бега	1		1		
26	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1		1		https://youtu.be/jLtgYP8kXBQ
27	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1		1		
28	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1		1		
29	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1		1		
30	Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью	1		1		
31	Равномерному бег в колонне по одному с невысокой скоростью	1		1		
32	Равномерному бег в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1		1		
33	Равномерный бег в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1		1		
34	Равномерный бег в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1		1		
35	Правила выполнения прыжка в длину с места	1		1		https://youtu.be/5Yds4tVWdoM
36	Одновременное отталкивания двумя ногами в прыжках с места вверх и вперёд	1		1		
37	Приземление после спрыгивания с горки	1		1		

	матов					
38	Прыжок в длину с места в полной координации	1		1		
39	Прыжки в длину и в высоту с прямого разбега	1		1		
40	Фаза приземления из прыжка	1		1		
41	Фаза разбега и отталкивания в прыжке	1		1		
42	Прыжки в длину с места	1		1		
43	Считалки для подвижных игр	1		1		https://ped-kopilka.ru/blogs/marina-vladislavovna-varencova/schitalki-dlja-podvizhnyh-igr.html
44	Игровые действия и правила эстафет без предметов	1		1		https://youtu.be/tQvMWaf1-No
45	Игровые действия и правила эстафет с предметами	1		1		
46	Обучение способам организации игровых площадок	1		1		
47	Обучение способам организации игровых площадок	1		1		
48	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1		1		
49	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1		1		
50	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1		1		http://voleybol-kSENDZOV.ru/ohotniki-i-utki/
51	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1		1		
52	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1		1		https://псыншоко.рф/drugie/plan-konspekt-podvizhnoj-igry.html
53	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1		1		
54	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1		1		
55	Разучивание подвижной игры «Не	1		1		

	оступись»					
56	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1		1		https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietieinachal-nykh-klassov.html
57	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1		1		
58	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1		1		https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietieinachal-nykh-klassov.html
59	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1		1		
60	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1		1		https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietieinachal-nykh-klassov.html
61	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1		1		
62	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1		1		https://www.gto.ru/history
63	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1		1		
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
68	Освоение правил и техники преодоления препятствий. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
69	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Преодоление	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php

	препятствий. Подвижные игры					
70	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
71	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег с преодолением препятствий. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
72	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
73	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
74	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
75	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
80	Освоение правил и техники выполнения	1		1		

	норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		1		
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1		1		
86	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
87	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1		1		http://olimp.kcbux.ru/Raznoe/gto/gto-stup-01.php
88	Кроссовый бег в медленном темпе 2мин.	1		1		
89	Кроссовый бег в медленном темпе 3мин.	1		1		
90	Кроссовый бег в медленном темпе 4мин.	1		1		
91	Кроссовый бег в медленном темпе 5мин.	1		1		
92	Кроссовый бег в медленном темпе 200м..	1		1		
93	Кроссовый бег в равномерном темпе 300м..	1		1		
94	Кроссовый бег в равномерном темпе 400м.	1		1		
95	Кроссовый бег в медленном темпе 500м.	1		1		
96	Кроссовый бег в медленном темпе 600.	1		1		
97	Смешанное передвижение 800м..	1		1		
98	Смешанное передвижение 1000м..	1		1		
99	Уровень физической подготовленности	1		1		

	первоклассников. Подвижные игры.					
	Общее количество часов по программе	99				

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1	<i>Книгопечатная продукция</i> 1.ФГОС ООО 2. Примерная рабочая программа основного общего образования. Физическая культура (для 1-4 классов образовательных организаций), одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол №3/21 от 27.09.21г. 3. Рабочая программа для 2 класса 4.Физическая культура. 1 класс: учебник для общеобразовательных организаций. /А.П.Матвеев. -9 изд. перераб. – М: Просвещение. 2019. 5.Учебно-методические пособия, автор А. П. Матвеев 6.Журнал «Физическая культура в школе» 7.Дидактические материалы по основным темам и разделам предмета «Физическая культура» (из Интернет источников) 8.Научно-популярная и художественная литература по ФК и спорту.
2	<i>Демонстрационные пособия (из Интернет источников)</i> 1.Таблицы (в соответствии с программой обучения) 2.Схемы (в соответствии с программой обучения) 3.Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности 4.Портреты выдающихся спортсменов
3	<i>Оборудование.</i>

- | |
|--|
| <ol style="list-style-type: none">1. Скамейка гимнастическая жесткая;2. Мат гимнастический прямой;3. Перекладина гимнастическая навесная;4. Мячи для метания;5. Набор для подвижных игр;6. Комплект для проведения спортивных мероприятий;7. Комплект судейский;8. Мячи баскетбольные;9. Мячи Футбольные;10. Мячи волейбольные;11. Мячи набивные;12. Скакалки;13. Аптечка. |
|--|

Лист корректировки программы