

Администрация МО «Заиграевский район»  
Управление образования администрации МО «Заиграевский район»  
МБОУ «Горхонская средняя общеобразовательная школа №73»

«Утверждаю»  
Директор  
Максимова Н.П.  
Приказ № 343 от 31.08.2022г.



«Согласовано»  
Заместитель директора по УВР  
Лоскутникова Н.А.  
От 31.08.2022г.

«Рассмотрено и одобрено»  
на заседании МО  
Руководитель МО  
Стрежнева С.В.  
Протокол № 1. От 31.08.2022 г.

**Рабочая программа  
по физической культуре  
для учащихся 1 класса  
учителя физической культуры  
Стрежневой Светланы Викторовны**

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 прикладно ориентированной 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 «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 учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

В 1 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 66 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 ошибках;
- 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				
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>								
1.1.	<b>Что понимается под физической культурой</b>	1		1		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;;	Практическая работа;	РЭШ
Итого по разделу		1						
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>								
2.1.	<b>Режим дня школьника</b>	1		1		обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;;	Устный опрос;	РЭШ
Итого по разделу		3						
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>								
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура</b>								
3.1.	<b>Личная гигиена и гигиенические процедуры</b>					знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека;;	Устный опрос;	РЭШ
3.2.	<b>Осанка человека</b>					знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;;	Устный опрос;	РЭШ
3.3.	<b>Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника</b>	1		1		обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;	Практическая работа;	РЭШ
Итого по разделу		1						
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>								
4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Правила поведения на уроках физической культуры</b>	1		1		знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;;	Практическая работа;	РЭШ
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Исходные положения в физических упражнениях</b>	2		2		знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;;	Практическая работа;	РЭШ
4.3.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры</b>	2		2		разучивают способы построения стоя на месте (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два);;	Практическая работа;	РЭШ
4.4.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Гимнастические упражнения</b>	2		2		наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;;	Практическая работа;	РЭШ

4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Акробатические упражнения</b>	5		5		наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки;	Практическая работа;	РЭШ
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	3		3		по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу;;	Практическая работа;	РЭШ
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	10		10		наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя ступающим шагом, уточняют отдельные её элементы;;	Практическая работа;	РЭШ
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Равномерное передвижение в ходьбе и беге</b>	5		5		обучаются равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой (по команде);	Практическая работа;	РЭШ
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в длину с места</b>	2		2		знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления);;	Практическая работа;	РЭШ
4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". <b>Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега</b>	2		2		наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);;	Практическая работа;	РЭШ
4.11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". <b>Подвижные игры</b>	21		21		разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих;;	Практическая работа;	РЭШ
Итого по разделу		59						
<b>Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>								
5.1.	<b>Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО</b>	7		7		демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Практическая работа;	РЭШ
Итого по разделу		7						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66				



## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
I - четверть						
<i>Модуль "Лёгкая атлетика". ( 9ч)</i>						
1.	Что понимается под физической культурой	1		1	02.09.2022	Практическая работа;
2.	Построение в шеренгу, колонну	1		1	07.09.2022	Практическая работа;
3.	Организуемые команды: «Стройся», «Смирно», «На первый, второй рассчитайся», «Вольно», «Шагом марш», «На месте стой, раз, два», «Равняйся», «В две шеренги становись»	1		1	09.09.2022	Практическая работа;
4.	Режим дня и утренняя зарядка	1		1	14.09.2022	Практическая работа;
5.	Виды передвижения	1		1	16.09.2022	Практическая работа;
6.	Техника выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания	1		1	21.09.2022	Практическая работа;
7.	Упражнения, способствующие развитию прыгучести	1		1	23.09.2022	Практическая работа;
8.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1		1	28.09.2022	Практическая работа;
9.	Прыжок в длину с места	1		1	30.09.2022	Практическая работа;
<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры ( 9 ч)</i>						
10	Бросок и ловля малого мяча	1		1	05.10.2022	Практическая работа;
11	Бросок и ловля малого мяча в парах	1		1	07.10.2022	Практическая работа;

12	Бросок мяча малого мяча одной рукой	1		1	12.10.2022	Практическая работа;
13	Ведение мяча на месте и в продвижении	1		1	14.10.2022	Практическая работа;
14	Бросок мяча в кольцо способом снизу	1		1	19.10.2022	Практическая работа;
15	Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в баскетбольных упражнениях с мячом в парах.	1		1	21.10.2022	Практическая работа;
16	Передача мяча	1		1	26.10.2022	Практическая работа;
17	Эстафеты с мячом	1		1	28.10.2022	Практическая работа;
18	Эстафеты с мячом	1		1	02.11.2022	Практическая работа;
<p>II – четверть</p> <p>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". ( 14 ч)</p>						
19	Гимнастика ее возникновение и значимость в жизни человека	1		1	09.11.2022	Практическая работа;
20	Перекаты и группировка	1		1	11.11.2022	Практическая работа;
21	Строевые упражнения	1		1	16.11.2022	Практическая работа;
22	Техника выполнения перекатов	1		1	18.11.2022	Практическая работа;
23	Упражнения на гимнастических кольцах	1		1	23.11.2022	Практическая работа;
24	Кувырок вперед	1		1	25.11.2022	Практическая работа;
25	Стойка на лопатках	1		1	30.11.2022	Практическая работа;
26	Тестирование вися на перекладине	1		1	20.12.2022	Практическая работа;
27	Упражнения в равновесии, перекаты	1		1	07.12.2022	Практическая работа;

28	Прыжки в скакалку	1		1	09.12.2022	Практическая работа;
29	Тестирование наклона впередиз положения стоя	1		1	14.12.2022	Практическая работа;
30	Лазанье по гимнастической стенке	1		1	16.12.2022	Практическая работа;
31	Лазанье по канату и круговая тренировка	1		1	21.12.2022	Практическая работа;
32	Полоса препятствий	1		1	23.12.2022	Практическая работа;

III – четверть

Модуль "Лыжная подготовка" ( 13 ч)

33	Т.б. на уроках по лыжной подготовки. Правила подготовки спортивного инвентаря для занятий на лыжах.	1		1	11.01.2023	Практическая работа;
34	Ступающий шаг на лыжах, движение на лыжах в колонне с соблюдением дистанции.	1		1	13.01.2023	Практическая работа;
35	Техника поворота лыж переступанием, движение на лыжах в колонне.	1		1	18.01.2023	Практическая работа;
36	Развитие умения двигаться на лыжах скользящим шагом.	1		1	20.01.2023	Практическая работа;
37	Развитие выносливости на лыжах без палок. Обучение спуску на лыжах без палок.	1		1	25.01.2023	Практическая работа;
38	Обучение скользящему шагуна лыжах с палками	1		1	27.01.2023	Практическая работа;
39	Передвижение на лыжах с палками скользящим шагом	1		1	01.02.2023	Практическая работа;
40	Передвижение на лыжах с палками скользящим шагом	1		1	03.02.2023	Практическая работа;
41	Передвижение на лыжах спалками и попеременным двушажным ходом.	1		1	08.02.2023	Практическая работа;
42	Передвижение на лыжах с палками и попеременным двушажным ходом.	1		1	10.02.2023	Практическая работа;

43	Развитие выносливости во время прохождения на лыжах 500 м в медленном темпе.	1		1	15.02.2023	Практическая работа;
44	Торможение и падение на лыжах с палками.	1		1	17.02.2023	Практическая работа;
45	Контрольный урок по лыжной подготовке	1		1	01.03.2023	Практическая работа;
<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры ( 5 ч)</i>						
46	Броски мяча через волейбольную сетку	1		1	03.03.2023	Практическая работа
47	Круговая тренировка	1		1	15.03.2023	Практическая работа;
48	Подвижные игры с мячом	1		1	17.03.2023	Практическая работа;
49	Ловля и броски малого мяча в парах	1		1	22.03.2023	Практическая работа;
50	Ловля и броски малого мяча в парах	1		1	24.03.2023	Практическая работа;
<b>IV – четверть</b>						
<i>Модуль "Лёгкая атлетика" 9(ч)</i>						
51	Развитие выносливости различными способами	1		1	05.04.2023	Практическая работа;
52	Низкий старт, стартовое ускорение.	1		1	07.04.2023	Практическая работа;
53	Техника прыжка в длину с разбега	1		1	12.04.2023	Практическая работа;
54	Прыжок через низкие барьеры	1		1	14.04.2023	Практическая работа;
55	Полоса препятствий	1		1	19.04.2023	Практическая работа;
56	Бег на 30 м	1		1	21.04.2023	Практическая работа;
57	Техника метания в цель, на дальность	1		1	26.04.2023	Практическая работа;
58	Развитие выносливости и быстроты в круговой тренировке	1		1	21.04.2023	Практическая работа;

59	Развитие двигательных качеств, выносливости, быстроты в эстафетах с бегом, прыжками и метаниями	1		1	26.04.2023	Практическая работа;
<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры 7(ч)</i>						
60	Спортивная игра «Футбол»	1		1	28.04.2023	Практическая работа;
61	Передвижения и перемещения футболиста	1		1	03.05.2023	Практическая работа;
62	Техника удара по мячу внутренней стороной стопы.	1		1	05.05.2023	Практическая работа;
63	Техника удара по мячу внутренней и средней части подъема	1		1	10.05.2023	Практическая работа;
64	Техника остановки мяча ногой (внутренней стороной стопы, подошвой)	1		1	12.05.2023	Практическая работа;
65	Техника ведения мяча (средней и внешней частью подъема)	1		1	17.05.2023	Практическая работа;
66	Обманные движения	1		1	19.05.2023	Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66		

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

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

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;  
Введите свой вариант:

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Лях, В, И, Программы общеобразовательных учреждений. 1-11 классы : комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И, Лях, А. А. Зданевич. - М. : Просвещение, 2011.
2. Лях, В, И, Тесты в физическом воспитании школьников : пособие для учителя / В. И. Лях. -М.: ООО «Фирма "Издательство АСТ"», 1998.
3. Лях, В. И. Мой друг - физкультура : учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2006.
4. Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа: в 2 ч. Ч. 2. - 4-е изд., перераб. - М.: Просвещение, 2011. - 231 с. - (Стандарты второго поколения).

5. Кофман, Л. Б. Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. - М. : Физкультура и спорт, -1998.
6. Школьникова, Н. В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры. 1-6 классы / Н. В. Школьникова, М. В. Тарасова. - М.: Издательство «Первое сентября», 2002.
7. Ковалько, В. И. Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы / В. И. Ковалько. - М.: Вако, 2006.

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

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа: [1september.ru/articles/576894](http://1september.ru/articles/576894)

Учительский портал. –Режим доступа: <http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-13511> К уроку.га. - Режим доступа: <http://www.k-uroku.ru/load/71-1-0-6958>

Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ga/communhies.aspx> Pedsovet.Su. - Режим доступа : <http://pedsovet.su>

Ргошколу.Яи. - Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru> Педсовет.org\$. - Режим доступа :

<http://pedsovet.org> Российская электронная школа: <https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

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

---

### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

1. Музыкальный центр
2. Аудиозаписи
3. Проектор
4. Экран
5. Ноутбук
6. Видеоматериалы

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

1. Козел гимнастический
2. Стенка гимнастическая
3. Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
4. Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты)
5. Мячи: малый теннисный мяч, баскетбольные, волейбольные, футбольные.
6. Палка гимнастическая
7. Скакалка детская
8. Мат гимнастический
9. Гимнастический подкидной мостик
10. Кегли
11. Обруч
12. Рулетка измерительная
13. Щит баскетбольный тренировочный
14. Сетка волейбольная
15. Аптечка
16. Компрессор для накачивания мячей
17. Ворота для мини-футбола