

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Алтайского края**

**Комитет администрации города Славгорода Алтайского края по  
образованию**

**МБОУ "Пригородная СОШ"**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании ШУМО  
учителей начальных  
классов

Крам Т.А.

Протокол 1 от «29»  
августа2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

на заседании  
методического совета  
МБОУ Пригородная  
СОШ

Гусаковская Г.А.

Протокол 1 от «29»  
августа2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом МБОУ"  
Пригородная СОШ"

Лемке Н.Б.

Приказ 106 от «29»  
августа2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 2953577)

**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 1 – 4 классов

**г.Славгородс.Пригородное 2023 год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также 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.

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.

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 направленной.

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.

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».

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 на уровне начального общего образования составляет – 270 часов: в 1 классе – 66 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 1 КЛАСС

### *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.

## 2 КЛАСС

### *Знания о физической культуре*

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

### *Способы самостоятельной деятельности*

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

#### ***Физическое совершенствование***

##### *Оздоровительная физическая культура*

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

##### *Спортивно-оздоровительная физическая культура*

##### Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

##### Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

##### Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

##### Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

### **3 КЛАСС**

#### ***Знания о физической культуре***

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

#### ***Способы самостоятельной деятельности***

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов

физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

### ***Физическое совершенствование***

#### ***Оздоровительная физическая культура***

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

#### ***Спортивно-оздоровительная физическая культура.***

#### ***Гимнастика с основами акробатики***

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

#### ***Лёгкая атлетика***

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

#### ***Лыжная подготовка***

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

#### ***Подвижные и спортивные игры***

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

## **4 КЛАСС**

### ***Знания о физической культуре***

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

### ***Способы самостоятельной деятельности***

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

### ***Физическое совершенствование***

#### *Оздоровительная физическая культура*

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

#### *Спортивно-оздоровительная физическая культура*

##### Гимнастика с основами акробатики

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

##### Лёгкая атлетика

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

##### Лыжная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

##### Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

## **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.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **1 КЛАСС**

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);

- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

## 2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- - выполнять упражнения на развитие физических качеств.

## 3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;

- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

#### 4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
1 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	1	fk12.ru>books/fizicheskaia-kultura-1-klass-matveeva
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Режим дня школьника	1	0	1	fk12.ru>books/fizicheskaia-kultura-1-klass-matveeva
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Гигиена человека	1	0	1	fk12.ru>books/fizicheskaia-kultura-1-klass-matveeva
1.2	Осанка человека	1	0	1	fk12.ru>books/fizicheskaia-kultura-1-klass-matveeva
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	fk12.ru>books/fizicheskaia-kultura-1-klass-matveeva
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	11	0	11	fk12.ru›books/fizicheskiy kultura-1-klass-matveev
2.2	Лыжная подготовка	12	0	12	fk12.ru›books/fizicheskiy kultura-1-klass-matveev
2.3	Легкая атлетика	18	0	18	fk12.ru›books/fizicheskiy kultura-1-klass-matveev
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	0	19	fk12.ru›books/fizicheskiy kultura-1-klass-matveev
Итого по разделу		60			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	3	fk12.ru›books/fizkultura-1-klass-m
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	9	fk12.ru›books/fizkultura-1-klass-m
Итого по разделу		9			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	1	fk12.ru›books/fizkultura-1-klass-m
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	2	fk12.ru›books/fizkultura-1-klass-m
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	8	0	8	fk12.ru›books/fizkultura-1-klass-m



2.2	Лыжная подготовка	12	0	12	fk12.ru›books/fiz kultura-1-klass-m
2.3	Легкая атлетика	14	0	14	fk12.ru›books/fiz kultura-1-klass-m
2.4	Подвижные игры	19	0	19	fk12.ru›books/fiz kultura-1-klass-m
Итого по разделу					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	4	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	2	fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	0	1	fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	1	fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
2.3	Физическая нагрузка	2	0	2	fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
Итого по разделу		4			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Закаливание организма	1	0	1	fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	1	fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
Итого по разделу		2			

<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16	0	16	fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
2.2	Легкая атлетика	10	0	10	fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
2.3	Лыжная подготовка	12	0	12	fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
2.4	Подвижные и спортивные игры	16	0	16	fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
Итого по разделу		54			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	6	0	6	fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
Итого по разделу		6			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>	<b>0</b>	<b>68</b>	

## 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	2	fk12.ru›books/fiziches kultura-4-klass-matve
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	0	3	fk12.ru›books/fiziches kultura-4-klass-matve
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	2	fk12.ru›books/fiziches kultura-4-klass-matve
Итого по разделу		5			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1	fk12.ru›books/fiziches kultura-4-klass-matve
1.2	Закаливание организма	1	0	1	fk12.ru›books/fiziches kultura-4-klass-matve
Итого по разделу		2			

<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	14	fk12.ru>books/fiziches kultura-4-klass-matve
2.2	Легкая атлетика	9	0	9	fk12.ru>books/fiziches kultura-4-klass-matve
2.3	Лыжная подготовка	12	0	12	fk12.ru>books/fiziches kultura-4-klass-matve
2.4	Подвижные и спортивные игры	16	0	16	fk12.ru>books/fiziches kultura-4-klass-matve
Итого по разделу		51			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	8	0	8	fk12.ru>books/fiziches kultura-4-klass-matve
Итого по разделу		8			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68	



# ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 1 КЛАСС

№ п/ п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения	Электронныцифровыеобразовательныересурсы
		Все го	Контрольныер аботы	Практические работы		
1	Чтотакоефизическаякультура	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
2	Современныефизическиепражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
8	Чем отличается ходьба от бега	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
9	Упражнения в	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-

	передвижении с равномерной скоростью					klass-matveevf
10	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
11	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
12	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
13	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
14	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
15	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
16	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
17	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf



	равномерной ходьбой					
18	Правила выполнения прыжка в длину с места	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
19	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
20	Приземление после спрыгивания с горки матов	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
21	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
22	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
23	Разучивание фазы приземления из прыжка	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
24	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
25	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
26	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
27	Исходные положения в физических упражнениях	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf

28	Учимся гимнастическим упражнениям	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
29	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
30	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
31	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
32	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
33	Сгибание рук в положении упор лежа	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
34	Разучивание прыжков в группировке	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
35	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
36	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
37	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
38	Упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
39	Упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf

40	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
41	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
42	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
43	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
44	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
45	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
46	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
47	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
48	Считалки для подвижных игр	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
49	Разучивание игровых действий и правил	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf

	подвижных игр					
50	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
51	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
52	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
53	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
54	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
55	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
56	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
57	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
58	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
59	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf

60	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
61	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
62	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
63	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
64	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
65	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveevf
66	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66		

## 2 КЛАСС

№ п / п	Темаурока	Количествочасов			Датаизу чения	Электронныцифровыеобразова тельныересурсы
		Вс его	Контрольные работы	Практически еработы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
2	ЗарождениеОлимпийскихигр	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
3	СовременныеОлимпийскиеигры	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
4	Физическоеразвитие	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
5	Физическиекачества	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
6	Силакакфизическоекачество	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
7	Быстротакакфизическоекачество	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
8	Выносливостькакфизическоекаче ство	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
9	Гибкостькакфизическоекачество	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
10	Развитиекоординациидвижений	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

11	Развитие координации движений	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
13	Закаливание организма	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
14	Утренняя зарядка	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
15	Составление комплекса утренней зарядки	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
16	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
17	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
18	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
19	Сложнокоординированные прыжковые упражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
20	Сложнокоординированные прыжковые упражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
21	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
22	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
23	Сложно координированные передвижения ходьбой по	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

	гимнастической скамейке					
24	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
25	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
26	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
27	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
28	Сложнокоординированныебеговыеупражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
29	Сложнокоординированныебеговыеупражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
32	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
33	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
34	Подъемлесенкой	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev



35	Подъемлесенкой	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
38	Торможениелыжнымипалками	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
39	Торможениелыжнымипалками	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
40	Торможениепадениемнабок	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
41	Торможениепадениемнабок	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
42	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
43	Строевыеупражнения и команды	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
44	Строевыеупражнения и команды	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
45	Прыжковыеупражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
46	Прыжковыеупражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
47	Гимнастическаяразминка	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

48	Ходьбанагимнастическойскемйке	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
49	Ходьбанагимнастическойскемйке	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
50	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
51	Игры с приемамибаскетбола	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
52	Игры с приемамибаскетбола	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
53	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
54	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
55	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
56	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
57	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
58	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
59	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
60	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

61	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
62	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
63	Футбольный бильярд	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
64	Футбольный бильярд	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
65	Бросок ногой	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
66	Бросок ногой	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
67	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
68	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

### 3 КЛАСС

№ п / п	Темаурока	Количествочасов			Датаизуч ения	Электронныецифровыеобразоват ельныересурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
2	Историяпоявлениясовременн огоспорта	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultu4ra-3-klass-matveev
3	Видыфизическихупражнени й	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
5	Дозировкафизическихнагруз ок	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
7	Закаливаниеорганизмаподду шем	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
8	Дыхательная и зрительнаягимнастика	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
9	Прыжок в длину с разбега	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-

						klass-matveev
10	Прыжок в длину с разбега	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
11	Броски набивного мяча	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
12	Броски набивного мяча	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
13	Челночный бег	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
14	Челночный бег	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
15	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
16	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
17	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
18	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
19	Строевые команды и упражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
20	Строевые команды и упражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
21	Строевые команды и упражнения	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev

22	Прыжки через скакалку	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
23	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
24	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
25	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
26	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
27	Прыжки через скакалку	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
28	Прыжки через скакалку	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
29	Ритмическая гимнастика	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
30	Ритмическая гимнастика	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
31	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
32	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
33	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
34	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev

35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
36	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
38	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
39	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
40	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
41	Повороты на лыжах способом переступания	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
42	Повороты на лыжах способом переступания	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev
44	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3- klass-matveev

45	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
46	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
47	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
48	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
49	Спортивнаяиграбаскетбол	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
50	Спортивнаяиграбаскетбол	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
51	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
52	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
53	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
54	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
55	Спортивнаяиграволейбол	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev



56	Спортивная игра волейбол	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
57	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
58	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
59	Спортивная игра футбол	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
60	Спортивная игра футбол	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
61	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
62	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
63	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
64	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 30м. Эстафеты	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev

66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 30м. Эстафеты	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 1000м	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 1000м	1	0	1		fk12.ru›books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		68	0	68		

## 4 КЛАСС

№ п / п	Темаурока	Количествочасов			Датаизуч ения	Электронныцифровыеобразоват ельныересурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
3	Самостоятельнаяфизическаяп одготовка	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
8	Упражнения для	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-

	профилактики нарушения осанки и снижения массы тела					klass-matveev
9	Закаливание организма	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
10	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
11	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
12	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
13	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
14	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
15	Беговые упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
16	Беговые упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
17	Метание малого мяча на дальность	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
18	Метание малого мяча на дальность	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
19	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev

20	Акробатическая комбинация	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
21	Акробатическая комбинация	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
22	Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
23	Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
24	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
25	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
26	Обучение опорному прыжку	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
27	Обучение опорному прыжку	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
28	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
29	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
30	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
31	Танцевальные упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-

	«Летка-енка»					klass-matveev
32	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
39	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
40	Передвижение на лыжах одновременным	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev

	одношажным ходом с небольшого склона					
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
45	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
46	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
47	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
48	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
49	Разучивание подвижной игры	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-

	«Эстафета с ведением футбольного мяча»					klass-matveev
50	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
51	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
52	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
53	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
54	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
55	Упражненияизигрыволлейбол	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
56	Упражненияизигрыволлейбол	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
57	Упражненияизигрыбаскетбол	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
58	Упражненияизигрыбаскетбол	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
59	Упражненияизигрыфутбол	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
60	Упражненияизигрыфутбол	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4- klass-matveev
61	Правила выполнения спортивных нормативов 3	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-



	ступени					klass-matveev
62	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 30м. Эстафеты	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 1000м	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 1000м	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	1		fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		



## **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**

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

Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»;

Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

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

[fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev](http://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-klass-matveev)

[fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev](http://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev)

[fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev](http://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-3-klass-matveev)

[fk12.ru>books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev](http://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-4-klass-matveev)

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

#### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Компьютерный стол

Ноутбук учителя

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

Стенка гимнастическая

Скамья атлетическая наклонная

Маты гимнастические

Мяч малый (теннисный)

Скакалка гимнастическая

Палка гимнастическая

Обруч гимнастический

Рулетка измерительная (10м, 50 м)

Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой

Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой

Сетка волейбольная

Мячи волейбольные

Мячи футбольные  
Насос для накачивания мячей  
Аптечка медицинская  
Сектор для прыжков в длину  
Ботинки для лыж  
Льжи  
Льжные палки

