

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Белгородской области

Управление образования администрации Валуйского городского округа

МОУ "Тимоновская СОШ" Валуйского района Белгородской области

РАССМОТРЕНО

Методическое объединение
учителей физической культуры,
технологии и ОБЖ

 Жилияков Е.П.

Протокол № 8

от 20 06 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
МОУ "Тимоновская СОШ"

 Авраменко А.М.

Протокол № 8

от 21 06 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ "Тимоновская
СОШ"

 Дужина А.Н.

Приказ № 106

от 20 06 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4086266)**

учебного предмета
«Физическая культура»

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

Составитель: Жилияков Евгений Петрович
учитель физической культуры

с.Тимоново 2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «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 3 часа в неделю, суммарно 96 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		все го	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1	Что понимается под физической культурой	1	0	1	01.09.2022	обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями; которым обучают школьников на уроках физической культуры; рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений; которые умеют выполнять;;	Беседа;;	https://galhar.jimdofree.com
Итого по разделу		1						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1	Режим дня школьника	1	0	1	21.12.2022	обсуждают предназначение режима дня; определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера; знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления; уточняют индивидуальные мероприятия и заполняют таблицу (по образцу; с помощью родите;	Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com
Итого по разделу		1						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								

3.1	Личная гигиена и гигиенические процедуры	0.5	0	0.5	13.03.2023	знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня; знакомятся с понятием «личная гигиена»; обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека; знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения; устанавливают время их проведения в режиме дня;	Практическая работа; Беседа;	https://galhar.jimdofree.com
3.2	Осанка человека	0.5	0	0.5	26.12.2022	знакомятся с понятием «осанка человека»; правильной и неправильной формой осанки; обсуждают её отличительные признаки;	Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com

3.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	2	0	2	<p>12.04.2 023</p> <p>14.04.2 023</p> <p>знакомятся с понятием «осанка человека»; правильной и неправильной формой осанки; обсуждают её отличительные признаки; обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений; её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста; устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности; приводят примеры её планирования в режиме учебного дня; разучивают комплексы физкультминуток в положении сидя и стоя на месте (упражнения на усиление активности дыхания; кровообращения и внимания; профилактики утомления мышц пальцев рук и спины); обсуждают рассказ учителя о пользе утренней зарядки; правилах выполнения входящих в неё упражнений; уточняют название упражнений и последовательность их выполнения в комплексе; разучивают комплекс утренней зарядки; контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания и работы сердца; для мышц рук; туловища; лица; спины живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма);</p>	Практическая работа; беседа; ;	https://galhar.jimdofree.com
-----	---	---	---	---	---	--------------------------------	---

Итого по разделу		3						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	1	31.10.2022	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры; требованиями к обязательному их соблюдению; знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях; во время прогулок на открытом воздухе;	Беседа;;	https://galhar.jimdofree.com
4.2	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1	0	1	02.11.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения; наблюдают образец техники учителя; уточняют требования к выполнению отдельных исходных положений; разучивают основные исходные положения для выполнения гимнастических упражнений; их названия и требования к выполнению (стойки; упоры; седы; положения лёжа);	Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com

4.3	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры</p>	3	0	3	<p>04.11.2 022 09.11.2 022</p> <p>наблюдает и анализирует образец техники учителя; уточняют выполнение отдельных технических элементов; разучивают способы построения стоя на месте (шеренга; колонна по одному; две шеренги; колонна по одному и по два); разучивают повороты; стоя на месте (вправо; влево); разучивают передвижение ходьбой в колонне по одному с равномерной скоростью;</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>наблюдает и анализирует образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;; разучивают способы построения стоя на месте (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два);; разучивают повороты, стоя на месте (вправо, влево);; разучивают передвижение ходьбой в колонне по одному с равномерной скоростью;</p>
-----	---	---	---	---	---	-----------------------------	---

4.4	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Гимнастические упражнения</p>	6	1	5	<p>11.11.2 уточняют выполнение отдельных элементов; 022 23.11.2 разучивают стилизованные передвижения (гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом); 022 разучивают упражнения с перекладывание с одной руки на другую; прокатывание под ногами; поднимание ногами из положения лёжа на полу); разучивают упражнения со скакалкой (перешагивание и перепрыгивание через скакалку; перед собой); разучивают упражнения в гимнастических прыжках (прыжки в высоту с разведением рук и ног в сторону; с приземлением в полуприседе; с поворотом в правую и левую сторону);</p>	Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com
4.5	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> Акробатические упражнения</p>	10	2	8	<p>25.11.2 наблюдают и анализируют образцы техники учителя; 022 16.12.2 контролируют её выполнение другими учащимися; помогают им исправлять ошибки; 022 обучаются подъёму туловища из положения лёжа на спине и животе; обучаются подъёму ног из положения лёжа на животе; обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа; разучивают прыжки в группировке; толчком двумя ногами; разучивают прыжки в упоре на руках; толчком двумя ногами;</p>	Зачет; Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com

4.6	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	1	0	1	09.01.2023	по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!»; стоя на месте в одну шеренгу; разучивают способы передвижения в колонне по два с лыжами в руках;	Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com
4.7	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	11	1	10	11.01.2023 03.02.2023	наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя ступающим шагом; уточняют отдельные её элементы; разучивают имитационные упражнения техники передвижения на лыжах ступающим шагом; контролируют отдельные её элементы; разучивают и совершенствуют технику ступающего шага во время передвижения по учебной дистанции; наблюдают и анализируют образец техники передвижения на лыжах учителя скользящим шагом; уточняют отдельные её элементы; сравнивают с техникой ступающего шага; выделяют отличительные признаки; разучивают имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом без лыж; контролируют отдельные её элементы (по фазам движения и в полной координации); разучивают технику передвижения скользящим шагом в полной координации и совершенствуют её во время прохождения учебной дистанции;	Практическая работа; беседа;	https://galhar.jimdofree.com

4.8	<p><i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Равномерное передвижение в ходьбе и беге</p>	10	1	9	<p>02.09.2022 обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера (передвижение учителя);</p> <p>06.09.2022 обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения с использованием метронома;</p> <p>обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения (по команде);</p> <p>обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера (передвижение учителя); обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью;</p> <p>обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера;</p> <p>обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения (по команде);</p> <p>обучаются равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой (по команде);</p>	<p>Практическая работа; зачет;</p> <p>;</p>	<p>https://galhar.jimdofree.com</p>
-----	--	----	---	---	---	---	--

4.9	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	1	3	07.09.2 022 12.09.2 022	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); разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону); обучаются приземлению после спрыгивания с горки матов; обучаются прыжку в длину с места в полной координации;	Практическая работа; зачет; ;	https://galhar.jimdofree.com
4.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	4	1	3	03.04.2 023 06.04.2 023	наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега; анализируют основные его фазы (разбег; отталкивание; полёт; приземление); разучивают фазу приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки); разучивают фазу отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам; многоскоки; прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением); разучивают фазы разбега (бег по разметкам с ускорением; бег с ускорением и последующим отталкиванием); разучивают выполнение прыжка в длину с места; толчком двумя в полной координации; ;	Практическая работа; зачет; ;	https://galhar.jimdofree.com

4.1 1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	35	0	35	13.09.2 022 24.09.2 022	разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижных игр; обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры;	Практическая работа;	https://galhar.jimdofree.com
Итого по разделу		86						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	8	3	5	10.05.2 023 25.05.2 023	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;;	Тестирование;	https://galhar.jimdofree.com
Итого по разделу		8						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	10	89				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Лёгкая атлетика. Т- Правила поведения в спортивном зале на уроке. Обучение перестроению в шеренгу, колонну. Обучение понятиям «основная стойка», «смирно», «вольно»; положения рук и ног. Подвижная игра «Салки»	1	0	1		Практическая работа;
2.	Т- Что такое Ф/К? Обучение построению в шеренгу, в колонну. Обучение положению рук и ног.	1	0	1		Практическая работа;
3.	Т- Как появилась Ф/К. Совершенствование строевых упражнений. Подвижная игра «Салки» Входной контроль двигательных качеств:- наклон вперед из седа.	1	1	0		Тестирование;
4.	Совершенствование строевых упражнений.Входной контроль двигательных качеств: скорость, бег 30м. Эстафета «Смена сторон»	1	1	0		Тестирование;
5.	Обучение технике челночного бега, прыжка в длину с места. Входной контроль двигательных качеств: прыжок в длину с места. Разучивание игры: «Класс, смирно!». Совершенствование основных положений рук и ног.	1	1	0		Контрольная работа;

6.	Обучение прыжкам на одной, на двух ногах, наклону вперед из положения сидя..Входной контроль двигательных качеств: челночный бег 3x10м.	1	0	1		Тестирование;
7.	Совершенствование основных положений рук и ног..Входной контроль двигательных качеств: подтягивание, поднимание туловища. Игра «День и ночь»	1	0	1		Тестирование;
8.	Обучение правилам бега. Контроль двигат.кач-в: бег 6 минут. Разучивание игры « Дедушка и детки»	1	0	1		Тестирование;
9.	Подвижные игры Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры « Бой петухов»	1	0	1		Практическая работа;
10.	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игр « К своим флажкам», « Охотник и зайцы»	1	0	1		Практическая работа;
11.	Т- Первые Олимпийские игры. Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры « Море волнуется раз», « Охотник и зайцы»	1	0	1		Беседа. Практическая работа;;
12.	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры « Кошки-мышки», « Запрещенное движение»	1	0	1		Практическая работа;

13.	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Закрепление игр « Кошки-мышки», « Запрещенное движение»	1	0	1		Практическая работа;
14.	Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры « У медведя во бору"», « К своему предмету»	1	0	1		Практическая работа;
15.	Развитие навыков владения мячом, бросков и ловли мяча посредством подвижных игр " Передал-садись" Эстафеты с мячом.	1	0	1		Практическая работа;
16.	Развитие навыков владения мячом, бросков и ловли мяча посредством подвижных игр " Передал-садись" Эстафеты с мячом.	1	0	1		Практическая работа;
17.	Развитие навыков владения мячом, бросков в цель, ловли мяча посредством подвижных игр " Охотники и утки" Эстафеты с мячом.	1	0	1		Практическая работа;
18.	Развитие навыков владения мячом, бросков в цель, ловли мяча посредством подвижных игр " Охотники и утки" Эстафеты с мячом	1	0	1		Практическая работа;
19.	Элементы баскетбола Обучение стойке баскетболиста. Обучение хватам и передачам большого баскетбольного мяча. Разучивание комплекса ОРУ с мячом. Развитие ловкости	1	0	1		Практическая работа;

20.	Правила выполнения упражнений с мячом. Обучение передаче мяча от груди, понятиям «эстафета», «соревнование». Развитие координационных способностей посредством игр	1	0	1		Объяснение нового материала; практическая работа; ;
21.	Правила выполнения упражнений с мячом. Обучение технике передачи мяча от плеча. Закрепление техники передачи мяча от груди. Развитие координационных способностей посредством игр. Игра «Мяч капитану»	1	0	1		Практическая работа;
22.	Совершенствование техники передачи мяча от груди, от плеча. Развитие координационных способностей в игровых упражнениях. Эстафеты с мячом.	1	0	1		Практическая работа;
23.	Урок «Веселые старты» Совершенствование техники передачи мяча от груди, от плеча. Развитие координационных способностей в игровых упражнениях. Эстафеты с мячом	1	0	1		Практическая работа;
24.	Закрепление элементов ведения баскетбольного мяча. Совершенствование техники передачи мяча	1	0	1		Зачет;

25.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения. Правила Т\Б во время занятий гимнастикой.Инстр.№17. Как выполнять перекаты? Что такое группировка? Что такое гимнастика?	1	0	1		Беседа. Практическая работа;;
26.	Т- Что такое Акробатика? Закрепление техники переката назад, набок. Разучивание игры «Удочка	1	0	1		Практическая работа;
27.	Обучение кувырку вперед, совершенствование переката назад в группировке. Разучивание игры «Ежики».	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
28.	Закрепление техники кувырка вперед, совершенствование переката назад в группировке. Разучивание игры «Ежики».	1	0	1		Практическая работа;
29.	Обучение подъёму туловища из положения лёжа на спине и животе; обучение подъёму ног из положения лёжа на животе;совершенствование перекатов в группировке.	1	0	1		Практическая работа. Зачет.;;
30.	Лазание и перелезание. Обучение прыжкам со скамейки, лазанию; закрепление техники кувырка вперед. Разучивание игры « Перемена мест»	1	0	1		Практическая работа;
31.	Обучение прыжкам со скамейки, лазанию и перелезанию; проползанию по гимнастической скамейке, совершенствование техники кувырка вперед. Игра «Удочка»	1	0	1		Практическая работа;

32.	Обучение технике стойки на лопатках согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги пережат вперёд в упор присев. Игра «Пройти бесшумно»,	1	0	1		Практическая работа;
33.	Закрепление техники стойки на лопатках согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги пережат вперёд в упор присев. Игра «Вызов номеров»,	1	1	0		Контрольная работа;
34.	Освоение навыков равновесия, Стойка на носках, на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Кувырок в сторону. Игра «Прыжок и кувырок», «змейка».	1	0	1		Практическая работа;
35.	Закрепление навыков равновесия, Стойка на носках, на одной ноге на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Освоение строевых упражнений. Развитие координационных способностей Игра « По своим местам»	1	0	1		Практическая работа;
36.	Освоение висов и упоров (упражнения в висе стоя и лёжа.), развитие силовых и координационных способностей Игры «Змейка», «Ниточка и иголочка».	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;

37.	Закрепление техники висов и упоров (вис согнувшись, вис прогнувшись; вис на подколенках с помощью) развитие силовых способностей. Игра «День и ночь»	1	0	1		Практическая работа;
38.	Совершенствование техники висов и упоров (поднимание согнутых и прямых ног.) Подтягивание в висе лёжа согнувшись, то же из седа ноги врозь и в висе на канате. Игра «Пробеги под скакалкой»	1	0	1		Практическая работа;
39.	Овладение и закрепление навыков в прыжках. Развитие скоростно-силовых способностей, способностей к ориентированию в пространстве Игра «Перепрыгни через ров»	1	0	1		Практическая работа;
40.	Овладение и закрепление навыков в прыжках. Развитие скоростно-силовых способностей, способностей к ориентированию в пространстве Игра «Перепрыгни через ров»	1	0	1		Практическая работа;
41.	Овладение и закрепление навыков в прыжках. Развитие скоростно-силовых способностей, способностей к ориентированию в пространстве Игра «Удочка прыжковая»	1	0	1		Практическая работа;
42.	Разучивание прыжков в группировке, толчком двумя ногами;;разучивание прыжков в упоре на руках, толчком двумя ногами;развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;

43.	Закрепление и совершенствование прыжков в группировке, толчком двумя ногами; прыжков в упоре на руках, толчком двумя ногами; развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		Практическая работа;
44.	Промежуточный контроль знаний. Эстафеты с элементами акробатики	1	1	0		Письменный контроль;;
45.	Развитие силовых качеств: сгибание рук в упоре, поднимание туловища из положения лежа на спине. Эстафеты с лазанием и подлезанием.	1	0	1		Зачет. Практическая работа;;
46.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; поднимание туловища из положения лежа на спине; наклон вперед из положения стоя; метание в цель.	1	0	1		Зачет. Практическая работа;;
47.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; поднимание туловища из положения лежа на спине; наклон вперед из положения стоя; метание в цель.	1	0	1		Зачет. Практическая работа;;
48.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Прыжки со скакалкой. Игра "Удочка"	1	0	1		Зачет. Практическая работа;;

49.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке. Что такое "Лыжная подготовка", правила Т/Б во время занятий лыжной подготовкой. Инстр. №	1	0	1		Беседа. Практическая работа;;
50.	Обучение выполнению строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу; передвижение парами с лыжами в руках.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
51.	Закрепление и совершенствование выполнения строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу; передвижение парами с лыжами в руках	1	0	1		Практическая работа;
52.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Стойки лыжника. Освоение техники поворота переступанием. Обучение стойкам лыжника. Подвижные игра «Вызов номера» , эстафеты с лыжами.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
53.	Т-.Как ходят на лыжах? Освоение техники поворота переступанием. Обучение технике ступающего шага с палками. Совершенствование техники скользящего шага. Игры на лыжах. Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;

54.	Т- Как спускаться со склона? Овладение техникой спуска со склона в средней стойке. Совершенствование техники скользящего шага. Игры на лыжах. Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
55.	Т- Что такое подъем «лесенкой»? Овладение техникой подъема «лесенкой» на пологий склон. Совершенствование техники спуска с пологого склона, техники скользящего шага.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
56.	Т- Как хранить лыжи? Закрепление техники подъема «лесенкой» на пологий склон. Совершенствование техники спуска с пологого склона, техники скользящего шага. Игра « Быстрый лыжник»	1	0	1		Практическая работа;
57.	Т- Закаливание зимой. Освоение техники поворота переступанием. Закрепление техники ступающего и скользящего шага с палками. Подвижные игры «Вызов номера» Передвижение на лыжах до 1 км.	1	0	1		Практическая работа;
58.	Т- Признаки обморожения Перестроения на лыжах. Совершенствование техники ступающего и скользящего шага. Игра «Быстрый лыжник». Передвижение на лыжах до 1 км	1	0	1		Практическая работа;

59.	Т- Простейшие навыки контроля самочувствия. Совершенствование техники скользящего шага. Игры на лыжах. Передвижение на лыжах до 1,5 км.	1	0	1		Беседа. Практическая работа;;
60.	Передвижение на лыжах до 1,5 км. Игра «Спуск по снежному склону», « К своим флажкам».	1	1	0		Контрольная работа; зачет; ;
61.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; подтягивание в висе ; прыжок в длину с места	1	0	1		Зачет;
62.	Модуль "Подвижные и спортивные игры"Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Разучивание игры « Два Мороза», « Охотники и утки»	1	0	1		Практическая работа;
63.	Подвижные игры. Развитие внимания, мышления, двигательных качеств посредством подвижных игр. Закрепление игры « Два Мороза», « Охотники и утки»	1	0	1		Практическая работа;
64.	Подвижные игры на основе баскетбола.Т- Т/Б во время спортивных и подвижных игр.Инстр.№. Каковы правила большого баскетбольного мяча?	1	0	1		Беседа. Практическая работа;;
65.	Обучение стойке баскетболиста; хватам и передачам баскетбольного мяча. Разучивание комплекса ОРУ с мячами. Развитие ловкости, скоростных качеств.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;

66.	Обучение стойке баскетболиста; хватам и передачам баскетбольного мяча. Разучивание комплекса ОРУ с мячами. Развитие ловкости, скоростных качеств.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
67.	Т- Какова этапность обучения прыжкам со скакалкой.Обучение прыжкам через скакалку, элементам ведения на месте баскетбольного мяча. Игра « Вербочка под ногами», эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
68.	Закрепление навыков прыжков через скакалку, элементов ведения на месте баскетбольного мяча. Игра « Вербочка под ногами», эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	1		Практическая работа;
69.	Т- Здоровое питание. Закрепление ловли баскетбольного мяча, совершенствование ведения мяча. ОРУ. Игра «Бросай и поймай» . Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	1		Беседа. Практическая работа;;
70.	Совершенствование броска мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. ОРУ. Игра « Передача мячей в колоннах». Развитие координационных способностей.	1	0	1		Практическая работа;
71.	Совершенствование броска мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передачи мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие ко	1	0	1		Практическая работа;

72.	Обучение броску мяча снизу на месте в щит. Совершенствование ловли мяча на месте, передачи мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Передал-садись». Развитие координационных способностей.	1	0	1		Практическая работа;
73.	Совершенствование навыка броска мяча снизу на месте в щит, ловли мяча на месте, передачи мяча снизу на месте. ОРУ. Эстафеты с мячами. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей	1	0	1		Практическая работа;
74.	Совершенствование навыков: броска мяча снизу на месте в щит; ловли и передачи мяча снизу на месте; ведения мяча на месте. ОРУ. Игра «Не давай мяч водящему». Развитие координационных способностей.	1	0	1		Практическая работа;
75.	Совершенствование навыков: броска мяча снизу на месте в щит; ловли и передачи мяча снизу на месте; ведения мяча на месте. ОРУ. Игра «Перестрелка». Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		Практическая работа;
76.	Совершенствование навыков: броска мяча снизу на месте в щит; ловли и передачи мяча снизу на месте; ведения мяча на месте. ОРУ. Игра «Охотники и утки». Развитие координационных способностей.	1	0	1		Практическая работа;

77.	Подвижные игры на основе футбола. Т- Что такое футбол? Простейшие правила игры в футбол. Ведение по прямой футбольного мяча в шаге.	1	0	1		Беседа. Практическая работа;
78.	Обучение ведению футбольного мяча по прямой , с обводкой стоек. Эстафеты с мячом.	1	0	1		Практическая работа;
79.	Закрепление техники ведения футбольного мяча по прямой, с обводкой стоек. Передачи мяча в парах, тройках. Остановка мяча.	1	0	1		Практическая работа;
80.	IV четверть. Совершенствование техники ведения футбольного мяча по прямой, с обводкой стоек. Передачи мяча в парах, тройках. Остановка мяча.	1	0	1		Практическая работа;
81.	Совершенствование техники ведения футбольного мяча по прямой, с обводкой стоек. Передачи мяча в парах, тройках. Остановка мяча. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.	1	0	1		Практическая работа;
82.	Совершенствование техники ведения футбольного мяча по прямой, с обводкой стоек. Передачи мяча в парах, тройках. Остановка мяча. Игра в мини - футбол по упрощенным правилам	1	0	1		Практическая работа;

83.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега. Т/Б во время занятий Л\А. Инстр. № . Разучивание техники прыжка в высоту с прямого разбега, основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление); Игра " Прыгни через препятствие".	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
84.	Разучивание и закрепление фазы приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки); фазы отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением); Прыжки через препятствие.	1	1	0		Контрольная работа;
85.	Т- Как правильно выполнять прыжок в длину с разбега? Обучение технике прыжка в длину с разбега. ОРУ. Игра «Кузнечики». Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		Объяснение нового материала. Практическая работа;;
86.	.Закрепление и совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Закрепление навыков метания малого мяча в цель(2х2) с 3-4 метров; метания набивного мяча из различных положений. Игра «Кузнечики». Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		Практическая работа;

87.	Закрепление навыков метания малого мяча в цель(2х2) с 3-4 метров; метания набивного мяча из различных положений. ОРУ. Контроль развития двигательных качеств – (челночный бег, наклон вперед из седа)	1	0	1		тестирование уровня ф\п;;
88.	Сочетание различных видов ходьбы и бега. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег 30м на скорость.ОРУ. Игра «Вороны и воробьи». Эстафеты. Развитие скоростных способностей.	1	0	1		Тестирование;
89.	Бег в заданном коридоре 30м.- контроль развития двигательных качеств. Прыжок в длину с места- контроль развития двигательных качеств.	1	0	1		Тестирование;
90.	Закрепление техники высокого старта. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре 30м. ОРУ. Эстафеты с бегом. Развитие скоростных способностей	1	0	1		Практическая работа;
91.	Обучение и закрепление техники длительного бега. Бег в чередовании с ходьбой до 1 км. Игра " Запрещенное движение".	1	0	1		Практическая работа;
92.	Т- Как работать над распределением сил на дистанции? Контроль развития двигательных качеств- подтягивание, шестиминутный бег.	1	0	1		Тестирование;

93.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО: челночный бег 3x10м; метание мяча в вертикальную цель. Игра "Салки"	1	1	0		Контрольная работа;
94.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО: сгибание рук в упоре; прыжок в длину с места. Игра " Вороны и воробы"	1	0	1		Практическая работа;
95.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО: смешанное передвижение 1000м. Игра " Запрещенное движение"	1	0	1		Практическая работа;
96.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО: подтягивание в висе на низкой перекладине; наклон вперед из положения стоя. Игра " Охотники и утки"	1	1	0		Контрольная работа;
97.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО: смешанное передвижение 1000м. Игра " Передал, садись"	1	1	0		Контрольная работа;

98.	Подвижные игры. Закрепление навыков прыжков через скакалку. Игры " Удочка прыжковая", веревочка под ногами.	1	0	1		Практическая работа;
99.	Подвижные игры. Развитие физических качеств посредством подвижных игр: эстафеты с бегом, прыжками, с мячом. Игры по выбору детей.	1	0	1		Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	10	89		

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

[https://Примеры ссылок на «Российскую электронную школу» для изучения тем учебного предмета «Физическая культура» в 1 классе](https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/)

Тема

Ссылка

Как возникли первые соревнования

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/>

Виды передвижения

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/>

Режим дня, утренняя зарядка

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/>

Физические качества

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/>

Гигиена. Личная гигиена

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/>

Учимся держать спину ровно.

Правильная осанка

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/>

Закаливание

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/start/168999/>

Итоговый урок по разделу «Знание – сила!!!»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4186/start/169020/>

Правила безопасности на уроке лёгкой атлетики. Техника челночного бега с высокого старта

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/>

Беговые упражнения из различных исходных положений. Игра

«Мышеловка». Бег на 30 м с высокого старта

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/>

Метание мешочка на дальность. Игра

«Бросай далеко, собирай быстрее»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/>

Упражнения для развития силы. Прыжок в длину с места. Игра «Быстро по местам»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/>

Метание в цель. Игра «Точно в

мишень»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/>

Метание в цель с разбега. Игра «Точно

в мишень»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/>

Быстрота. Игра «Кто быстрее»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/>

Выносливость. Игра «К своим

флажкам»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/>

Итоговый урок по разделу «Меткие и

быстрые»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189331/>

Правила безопасности на уроках

лыжной подготовки. Передвижения на лыжах ступающим шагом

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/>

Передвижение на лыжах

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/>

Передвижение на лыжах с палками

скользящим шагом

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/>

Передвижение на лыжах с палками и

попеременным двухшажным ходом

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/start/69168/>

Передвижение на лыжах с палками

одновременным одношажным ходом

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4088/start/189440/>

Подъём на склон «лесенкой» на лыжах.

Игра «Кто дальше?»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4180/start/189461/>

15

Торможение «плугом» на лыжах. Игра

«Кто дальше?»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/>

Итоговый урок по разделу «Лыжная

подготовка»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/start/189503/>

Строевые упражнения. Наклон вперёд

из положения стоя

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/>

Вис на согнутых руках. Кувырок

вперёд

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/>

Подтягивание на перекладине из вися

лёжа. Кувырок назад

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/>

Вращение обруча. «Мост»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/start/223822/>

Скакалка. Прыжки со скакалкой

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/>

Лазание

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/>

Круговая тренировка

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/90482/>

Итоговый урок по разделу «Гибкость,

грация!» <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5747/start/189604/>

История футбола

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/23842>/Футбол. Удар по неподвижному мячу

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625>/Футбол. Остановка мяча

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645>/Футбол. Передача мяча в тройках

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/23863>/Итоговый урок по разделу «Кожаный мяч» (футбол)

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417>/Баскетбол. Передвижения

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685>/Передача баскетбольного мяча

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/189705>/Ведение баскетбольного мяча.

Обвод конусов

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725>/Ведение баскетбольного мяча в колоннах

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189745/>

Итоговый урок по разделу «Игры для ловких и сообразительных! Оранжевый мяч! (баскетбол)»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/23883>/Правила безопасности и возникновения подвижных игр

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/>Подвижные игры на развитие ловкости

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/>Подвижные игры с перебежками

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189806/>Подвижные игры на развитие координации

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/189826/>Подвижные игры на развитие двигательной активности

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/>Подвижные игры на точность

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/>Итоговый урок по разделу «Подвижные игры»

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662galhar.jimdofree.com>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Мат гимнастический, Обруч гимнастический, Скамейка гимнастическая универсальная, Скакалка, Стенка гимнастическая, Секундомер, Мяч футбольный, Мяч баскетбольный.