

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №25»**

КОПИЯ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Физическая культура

1 класс в

на 2022 – 2023 учебный год

Составитель:

Байрамова Светлана Викторовна,

учитель начальных классов

первой квалификационной категории

г. Нижневартовск, 2022

Пояснительная записка

Рабочая программа по **физической культуре** на 2022/23 учебный год для обучающихся 1 классов МБОУ «СШ№ 25» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- приказа Минпросвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (распространяется на правоотношения с 1 сентября 2021 года);
- приказа Минобрнауки от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении ФГОС начального общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 (действуют с 1 января 2021 года);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2 (действуют с 1 марта 2021 года);
- концепции преподавания физической культуры в Российской Федерации, утвержденной решением коллегии Министерства просвещения и науки РФ от 24.12.2018 года;
- с требованиями основной образовательной программы ООО МБОУ «СШ №25».

Данная рабочая программа разработана и реализуется на основе учебника: Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразоват. Организаций. М.: Просвещение, 2019.

Для реализации программы используются пособия из УМК для педагога и обучающихся.

1. Для педагога:

- Лях В. И. Физическая культура. Методические рекомендации. 1—4 классы: учеб. пособие для общеобразоват. Организаций. М. : Просвещение, 2021.

2. Для обучающихся:

- Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразоват. Организаций. М.: Просвещение, 2019.

Рабочая программа предназначена для освоения основного стандарта по физической культуре для 1 класса, в том числе для обучающихся с ОВЗ.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура»

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Цели изучения учебного предмета «Физическая культура»

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической

культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры; • овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования учебный предмет «физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура» и является обязательным для изучения.

Рабочая программа рассчитана на 33 недели, за год – 33 часа, в неделю – 1 час.

Срок реализации рабочей программы – 1 год.

Содержание учебного предмета «Физическая культура»

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.

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 предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования

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.

Личностные результаты освоения Примерной рабочей программы по физической культуре для начального общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений **воспитательной деятельности**, в том числе в части:

Гражданского воспитания

Готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, образовательной организации, местного сообщества, родного края, страны, в том числе в сопоставлении с ситуациями, отражёнными в литературных произведениях, написанных на русском языке; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе, формируемое в том числе на основе примеров из литературных произведений,

написанных на русском языке; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи; активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (помощь людям, нуждающимся в ней; волонтерство).

Патриотического воспитания

Осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, понимание роли русского языка как государственного языка Российской Федерации и языка межнационального общения народов России; проявление интереса к познанию русского языка, к истории и культуре Российской Федерации, культуре своего края, народов России в контексте учебного предмета «Русский язык»; ценностное отношение к русскому языку, к достижениям своей Родины—России, к науке, искусству, боевым подвигами трудовым достижениям народа, в том числе отражённым в художественных произведениях; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

Духовно-нравственного воспитания

Ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение, в том числе речевое, и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активно неприятие асоциальных поступков; свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

Эстетического воспитания

Восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов; понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения; осознание важности русского языка как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства.

Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни с опорой на собственный жизненный и читательский опыт; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

осознание последствий и (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыки безопасного поведения в интернет-среде в процессе школьного языкового образования; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям изменяющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать своё эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других, использовать адекватные языковые средства для выражения своего состояния, в том числе опираясь на примеры из литературных произведений, написанных на русском языке; сформированность навыков рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудового воспитания:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, школы, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания и ознакомления с

деятельностью филологов, журналистов, писателей; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; умение рассказать о своих планах на будущее.

Экологического воспитания:

ориентация на применение знаний из области социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; умение точно, логично выразить свою точку зрения на экологические проблемы;

повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде, в том числе сформированное при знакомстве с литературными произведениями, поднимающими экологические проблемы; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития чело века, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; закономерностях развития языка; овладение языковой и читательской культурой, навыками чтения как средства познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности с учётом специфики школьного языкового образования; установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

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

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

1 класс

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 культуры, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- ✓ выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- ✓ анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- ✓ демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному; выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- ✓ демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- ✓ играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 1 класса
на 2022-2023 учебный год**

№ п/п	Тема урока	Кол - во часо в	Основные виды и формы учебной деятельности	Дата проведения		Примечание
				План	Факт	
Раздел I. Подвижные игры (33 часа)						
1.	ОФП. Развитие скоростных и координационных способностей. Игра « Передал – садись »	1	Разминка в движении. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Передал – садись ». Фронтальная форма			
2.	Развитие скоростных и координационных способностей. Игра « Игра со звоночком »	1	Разминка в движении. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Игра со звоночком ». Фронтальная форма			
3.	ОФП. Развитие координации, ловкости. Игра « Западня »	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Западня », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
4.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игра « Атомы и молекулы »	1	Разминка, направленная на развитие скоростно-силовых движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и			

			правила подвижной игры «Атомы и молекулы». Групповая форма			
5.	Развитие координационных способностей. Игра «Ловушка в кругу».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Ловушка в кругу». Фронтальная форма			
6.	Развитие координационных способностей. Игра «Ловушка в кругу».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Ловушка в кругу». Групповая форма			
7.	ОФП. Развитие координации, ловкости. Игра «Медведи и пчелы»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Медведи и пчелы». Групповая форма			
8.	ОФП. Развитие координации, ловкости. Игра «Хромая уточка»	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Хромая уточка», обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
9.	Развитие координационных способностей. Игра «Колокол».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых			

			ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Колокол ». Фронтальная форма			
10.	Развитие координационных способностей. Игра « Коты ».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Коты ». Групповая форма			
11.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игра « Волк и козлята ».	1	Разминка, направленная на развитие скоростно-силовых движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Волк и козлята ». Групповая форма			
12.	ОРУ. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра « Квач ».	1	Разучивают комплекс зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма. разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Квач », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
13.	ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра « Пожарная команда ».	1	Разучивают комплекс зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма. разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Пожарная команда », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным			

			группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
14.	ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых способностей. Игра «Салки по кругу».	1	Разучивают комплекс зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма. разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Салки по кругу», обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
15.	ОФП. Развитие двигательной активности. Игра «Больная кошка».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Больная кошка», обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Урок-игра			
16.	ОФП. Развитие двигательной активности. Игра «Канатоходцы».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Канатоходцы», обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Урок-путешествие			
17.	Развитие координационных способностей. Игра «Потяг»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых			

			ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Потяг». Фронтальная форма			
18.	Развитие координационных способностей. Игра «Поезд»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Поезд». Фронтальная форма			
19.	Развитие координационных способностей. Игра «Буйволы в загоне»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Буйволы в загоне». Урок-игра			
20.	Развитие координационных способностей. Игра «Один в круге»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Один в круге». Урок-игра			
21.	Развитие координационных способностей. Игра «Молотилка»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Молотилка». Фронтальная форма			
22.	ОФП. Развитие выносливости. Игра «Шарик в ладони».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Шарик в ладони», обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;			

			обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Урок-игра			
23.	ОФП. Развитие выносливости. Игра « Найди платок ».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Найди платок », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
24.	ОФП. Развитие выносливости. Игра « Лев и коза ».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Лев и коза », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Урок-игра			
25.	ОФП. Развитие выносливости. Игра « Пожарная команда ».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Пожарная команда », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
26.	Развитие скоростно-силовых способностей. Игра « Вытащи платок ».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных			

			подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Вытащи платок ». Урок-игра			
27.	ОФП. Развитие выносливости. Игра « А ну-ка, повтори! ».	1	Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « А ну-ка, повтори! », обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам); играют в разученные подвижные игры. Фронтальная форма			
28.	Развитие скоростных и координационных способностей. Игра « Балтени ».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Балтени ». Фронтальная форма			
29.	Развитие выносливости. Игра « Статуя »	1	Разминка, направленная на развитие выносливости. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Статуя ». Урок-игра			
30.	Развитие скоростных и координационных способностей. Игра « Доброе утро, охотник! ».	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры « Доброе утро, охотник! ». Урок-игра			
31.	Развитие выносливости. Игра « Укус змеи »	1	Разминка, направленная на развитие выносливости. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки.			

			Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Укус змеи». Фронтальная форма			
32.	Развитие выносливости. Игра «Лови мешок»	1	Разминка, направленная на развитие выносливости. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Лови мешок». Групповая форма			
33.	Развитие координационных способностей. Игра «Вижу цель»	1	Разминка, направленная на развитие координации движений. Разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки. Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих; разучивают игровые действия и правила подвижной игры «Вижу цель». Групповая форма			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ИЗУЧЕНИЯ предмета «Физическая культура»

1. Программа предмета «Физическая культура».

2. Учебник.

Лях В. И. Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразоват. организаций. М.: Просвещение, 2019.

3. Электронная форма учебника. Электронная форма учебника является полным содержательным аналогом печатной версии, дополненным различными медиаобъектами, в том числе интерактивными и функционалом, делающим работу с электронной формой учебника комфортной. Электронная форма учебника содержит также весь методический аппарат печатной версии, однако использование компьютерных технологий позволяет его несколько усовершенствовать.

4. Методические пособия, которые содержат описание воспитательного потенциала курса и методику его реализации, пример рабочей программы, методические рекомендации по организации и проведению уроков. В основе методических рекомендаций лежат идеи развития у обучающихся представлений о многообразии и целостности современного мира, а также формирования основы системного мышления.

5. Контрольно-измерительные материалы для текущего и итогового контроля: тесты. Контрольно-измерительные материалы предназначены для формирования и закрепления у обучающихся предметных и универсальных учебных действий при работе с диагностическим материалом разного вида.

Информационные ресурсы, обеспечивающие методическое сопровождение образовательной деятельности:

- ФГБНУ «Институт стратегии образования Российской Академии Образования» <https://www.instrao.ru/>
- Интерактивная образовательная онлайн-платформа «Учи.ру» синтерактивными уроками по основным школьным предметам, олимпиады: <https://uchi.ru/>
- Открытый банк заданий НИКО: <http://185.12.29.196/>
- Реестр примерных основных общеобразовательных программ / Примерные основные общеобразовательные программы / Основные образовательные программы в части учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей): <http://fgosreestr.ru>
- Ресурс «Открытый урок. Первое сентября» / база педагогических идей <https://urok.1sept.ru/>
- Российская электронная школа: <https://resh.edu.ru/>
- Цифровой образовательный ресурс для школ: <https://www.yaklass.ru/> Цифровые ресурсы и сервисы для школы группы компаний «Просвещение»: <https://digital.prosv.ru/>
- Электронно-библиотечная система «БИБЛИОШКОЛА» ИД «Директ-Медиа»: <https://biblioschool.ru/>

