

Департамент социальной защиты населения г. Москвы

Государственное бюджетное образовательное учреждение

г. Москвы

Центр реабилитации и образования №7

Рассмотрено

на заседании ШМО

Пр. № 2 от 11.09.23г.

Сальникова Н.В.

Согласовано

Зам. директора по УВР

И.В. Рибелка И.В. Рибелка

26» сентября 2023г

Утверждаю

Директор ГБОУ ЦРО № 7

С.А. Войтас С.А. Войтас

26» сентября 2023г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

(базовый уровень)

для обучающихся 2 класса

Составитель:

учитель ГБОУ ЦРО №7 г. Москвы

Сальникова Н.В.

2023 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 класс

Гармоничное физическое развитие. Контрольные измерения массы и длины своего тела. Осанка. Занятия гимнастикой в Древней Греции. Древние Олимпийские игры. Символ победы на Олимпийских играх. Возрождение Олимпийских игр. Современная история Олимпийских игр. Виды гимнастики в спорте и олимпийские гимнастические виды спорта. Всероссийские и международные соревнования. Календарные соревнования.

Упражнения по видам разминки

Общая разминка. Упражнения общей разминки. Повторение разученных упражнений. Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания: гимнастический бег вперёд, назад; приставные шаги на полной стопе вперёд с движениями головой в стороны («индюшонок»); шаги в полном приседе («гусиный шаг»); небольшие прыжки в полном приседе («мячик»); шаги с наклоном туловища вперёд до касания грудью бедра («цапля»); приставные шаги в сторону с наклонами («качалка»); наклоны туловища вперёд, попеременно касаясь прямых ног животом, грудью («складочка»).

Партерная разминка. Повторение и освоение новых упражнений основной гимнастики для формирования и развития опорно-двигательного аппарата, включая: упражнения для формирования стопы, укрепления мышц стопы, развития гибкости и подвижности суставов; упражнения для развития эластичности мышц ног и формирования выворотности стоп; упражнения для укрепления мышц ног, рук; упражнения для увеличения подвижности тазобедренных, коленных и голеностопных суставов.

Освоение упражнений для укрепления мышц спины и брюшного пресса («берёзка»); упражнения для укрепления мышц спины («рыбка», «коробочка»); упражнения для укрепления брюшного пресса («уголок»); упражнения для укрепления мышц спины и увеличения их эластичности («киска»); упражнения для развития гибкости: отведение ноги назад стоя на колене (махи назад) поочередно правой и левой ногой; прямые ноги разведены в стороны, наклоны туловища попеременно к каждой ноге, руки вверх, прижаты к ушам («коромысло»);

упражнение для укрепления мышц живота, развития координации, укрепления мышц бедер («неваляшка»),

Разминка у опоры. Освоение упражнений для укрепления голеностопных суставов, развития координации и увеличения эластичности мышц: стоя лицом к гимнастической стенке (ко лени

прямые, туловище и голова прямо, плечи опущены, живот и таз подтянуты, руки в опоре на гимнастической стенке на высоте талии, локти вниз), полуприсед (колени вперёд, вместе) — вытянуть колени — подняться на полупальцы — опустить пятки на пол в исходное положение. Наклоны туловища вперёд, назад и в сторону в опоре на полной стопе и на носках. Равновесие «пассе» (в сторону, затем вперёд) в опоре на стопе и на носках. Равновесие с ногой вперёд (горизонтально) и мах вперёд горизонтально. Приставные шаги в сторону и повороты. Прыжки: ноги вместе (с прямыми и с согнутыми коленями), разножка на сорок пять и девяносто градусов (вперёд и в сторону).

Упражнения для развития моторики и координации с гимнастическим предметом

Удержание скакалки. Вращение кистью руки скакалки, сложенной вдвое, перед собой, ловля скакалки. Высокие прыжки вперёд через скакалку с двойным махом вперёд. Игровые задания со скакалкой.

Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча. Серия отбивов мяча.

Игровые задания, в том числе с мячом и скакалкой. Спортивные эстафеты с гимнастическим предметом. Спортивные и туристические физические игры и игровые задания.

Комбинации упражнений. Осваиваем соединение изученных упражнений в комбинации

Пример:

Исходное положение: стоя в VI позиции ног, колени вытянуты, рука с мячом на ладони вперёд (локоть прямой) — бросок мяча в заданную плоскость (на шаг вперёд) — шаг вперёд с поворотом тела на триста шестьдесят градусов — ловля мяча.

Пример:

Исходное положение: сидя в группировке — кувырок вперед поворот «казак» — подъём — стойка в VI позиции, руки опущены.

Упражнения для развития координации и развития жизненно важных навыков и умений.

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

Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

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

По окончании **второго года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими 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 УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (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 УУД:

— 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 учащимся;

— контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

Предметные результаты

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

— 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, перекатыванию;

— 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.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	0	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	3	0	3	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	1	https://resh.edu.ru
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12	0	12	https://resh.edu.ru
2.2	Лыжная подготовка	14	0	14	https://resh.edu.ru
2.3	Легкая атлетика	12	0	12	https://resh.edu.ru
2.4	Подвижные игры	15	0	15	https://resh.edu.ru
Итого по разделу		59			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					

3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	9	0	9	https://www.gto.ru/
Итого по разделу		9			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	67	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п / п	Тема урока	Количество часов			Деятельность учителя с учетом программы воспитания	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр	1	0	1	<p>Формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; Оценивать поведение человека с точки зрения здорового образа жизни.</p> <p>побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации;</p> <p>организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на уроке социально значимой информации – обсуждать, высказывать мнение;</p> <p>устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя. Воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности.</p> <p>Воспитание культуры общения на уроке.</p> <p>Формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и аргументировать своё мнение.</p> <p>реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности:</p>	<p>https://resh.edu.ru</p>
2.	Физическое развитие	1	0	1		
3.	Физические качества. Сила, быстрота, выносливость, гибкость как физическое качество	1	0	1		
4.	Развитие координации движений. Дневник наблюдений по физической культуре.	1	1	0		
5.	Закаливание организма.	1	0	1		
6.	Утренняя зарядка. Составление комплексов утренней зарядки.	1	0	1		

7	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики.	1	0	1	Формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; Оценивать поведение человека с точки зрения здорового образа жизни. побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации;	https://resh.edu.ru
8	Строевые упражнения и команды.	1	0	1	организовывать работу обучающихся с социально значимой информацией по поводу получаемой на уроке социально значимой информации – обсуждать, высказывать мнение;	
9.	Прыжковые упражнения.	1	0	1	устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб	
10.	Гимнастическая разминка	1	0	1	учителя. Воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности.	
11.	Ходьба по гимнастической скамейке.	1	0	1	Воспитание культуры общения на уроке. Формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и	
12.	Ходьба по гимнастической скамейке.	1	0	1	аргументировать своё мнение. реализовывать воспитательные возможности в различных	
13.	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1	0	1	видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за	
14.	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1	0	1	демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов.	
15.	Упражнения с гимнастическим мячом.	1	0	1		
16.	Упражнения с гимнастическим мячом.	1	0	1		

17.	Танцевальные гимнастические движения.	1	0	1		https://resh.edu.ru
18.	Танцевальные гимнастические движения.	1	0	1		
19.	Правила поведения на занятиях по лыжной подготовке	1	0	0	Дать необходимую информацию о технике безопасности при проведении занятий и игр по лыжной подготовке; формировать знания о значении страховки и выполнять страховку и самостраховку во время занятий; о влиянии занятий на свежем воздухе на организм человека	
20.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1		
21.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1		
22.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1		
23.	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1		
24.	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1		
25.	Подъем лесенкой	1	0	1		

26.	Подъем лесенкой	1	0	1	Дать необходимую информацию о технике безопасности при проведении занятий и игр по лыжной подготовке; формировать знания о значении страховки и выполнять страховку и самостраховку во время занятий; о влиянии занятий на свежем воздухе на организм человека	
-----	-----------------	---	---	---	---	--

27.	Спуски и подъемы на лыжах				<p>Дать необходимую информацию о технике безопасности при проведении занятий и игр по лыжной подготовке;</p> <p>формировать знания о значении страховки и выполнять страховку и само страховку во время занятий; о влиянии занятий на свежем воздухе на организм человека</p>	https://resh.edu.ru
28.	Спуски и подъемы на лыжах	1	0	1		
29.	Торможение лыжными палками	1	0	1		
30.	Торможение лыжными палками	1	0	1		
31.	Торможение падением на бок	1	0	1		
32.	Торможение падением на бок	1	0	1		
33.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	<p>Формировать понимание влияния физических упражнений на физическое развитие и физическую подготовленность;</p> <p>Формирование понимания анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу; научить владеть навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;</p> <p>Научить владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p>	
34.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1	<p>Формировать умения работать в команде научить оценивать результаты своей деятельности. Осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе. Осмысливание своего эмоционального состояния</p>	
35.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1		

36.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	от работы, сделанной для себя и других. Воспитание уважительного отношения к проигравшим, девочкам. реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов	https://resh.edu.ru
37.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1		
38.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1		
39.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1		
40.	Передвижения равномерной ходьбой с наклонами туловища вперед и стороны, разведением и сведением рук	1	0	1		
41.	Бег с поворотами с изменением направлений	1	0	1		
42.	Бег с поворотами с изменением направлений	1	0	1		
43.	Сложно координационные беговые упражнения	1	0	1		
44.	Сложно координационные беговые упражнения	1	0	1		

45.	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1		https://resh.edu.ru
46.	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		
47.	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1		
48.	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1		

49.	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	Формировать понимание влияния физических упражнений на физическое развитие и физическую подготовленность;	https://resh.edu.ru	
50.	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	Формирование понимания анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу; научить владеть навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;		
51.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	Научить владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).		
52.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	Формировать умения работать в команде научить оценивать результаты своей деятельности. Осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе.		
53.	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	Осмысливание своего эмоционального состояния от работы, сделанной для себя и других. Воспитание уважительного отношения к проигравшим, девочкам.		
54.	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов		
55.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1			
56.	Футбольный бильярд	1	0	1			
57.	Футбольный бильярд	1	0	1			
58.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1			
59.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1			
60.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча	1	0	1			https://www.gto.ru/

61.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 30 метров	1	0	1	Формировать умения организовывать самостоятельную работу учащихся, соблюдение техники безопасности и формирование знаний гигиенических правил, связанных с ЗОЖ и организацией рабочего места, безопасность в быту;	https://www.gto.ru/
62.	ГТО Бег на 30 м (с)	1	0	1	привлекать внимание к знаниям о значениях гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости;	
63.	Бег на 60 м (с)	1	0	1	Формировать знания о значении страховки и выполнять страховку и само страховку во время занятий; научить владеть техникой выполнения гестовых испытаний	
64.	Челночный бег 3x10 м (с)	1	0	1	Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).	
65.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	1	0	1	реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности:	
66.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)	1	0	1	наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов	
67.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	1	0	1		
68.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи - см)	1	0	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура. Футбол для всех, 1-4 класс/Погадаев Г.И.; под редакцией Акинфеева И.,
Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы:
пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016.- 64 с. 2.

Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. :
Просвещение, 2012. – 190 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/>

<https://www.gto.ru/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

компьютерный стол

Ноутбук учителя

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая жесткая

Мат гимнастический прямой

Бревно гимнастическое напольное

Перекладина гимнастическая пристенная

Канат для лазания

Перекладина навесная универсальная

Тренажер навесной для прессы

Мяч для метания

Набор для подвижных игр

Комплект для проведения спорт. мероприятий

Комплект судейский

Ботинки для лыж

Лыжи

Лыжные палки

Стойки волейбольные с волейбольной сеткой.

Ворота для мини-футбола

складные

Мяч баскетбольный

Мяч футбольный

Мяч волейбольный

