

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Королёв Московской области
«Средняя общеобразовательная школа №8»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор школы _____ /К.П. Роганов/

Приказ № 44од от «01» сентября 2020 г.



**Рабочая программа
по учебному предмету
«Физическая культура»
1в класс**

Базовый уровень

Составитель: учитель физической
культуры
Удовиченко Аристарх Игоревич

2020-2021 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для **1в** класса на 2020-2021 учебный год составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009г. № 373 в действующей редакции), на основе Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ СОШ № 8 городского округа Королёв, а также авторской программы В.И. Ляха М.: Просвещение, 2014г. и ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу «Школа России».

Календарно-тематическое планирование разработано в соответствии с учебным планом МБОУ СОШ №8 на 2020-2021 учебный год и рассчитано на 3 учебных часа в неделю, что составляет 99 учебных часа в год.

Уровень изучения учебного предмета-**базовый**.

Изучение физической культуры в начальной школе направлено на достижение следующей **цели:**

✓ 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.

Для достижения поставленных целей в 1 классе необходимо решение следующих **задач:**

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- 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;

Планируемые результаты изучения учебного предмета

Программа обеспечивает достижение обучающимися 1в класса следующих личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе,
- ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;

- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;

- основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

- установка на здоровый и безопасный образ жизни;

- ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения;

Обучающийся получит возможность для формирования:

- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;

- установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;

- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.

Метапредметные результаты

Регулятивные

Обучающийся научится:

- принимать и сохранять учебную задачу;

- учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

- с помощью учителя планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Обучающийся получит возможность научиться:

- в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

- самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

- осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия, актуальный контроль на уровне произвольного внимания;

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Познавательные

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, в открытом информационном пространстве;

- обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов, на основе выделения сущностной связи;

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;
- осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные

Обучающийся научится:

- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Предметные результаты

Знания о физической культуре

Обучающийся научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультурминуток и физкультурных пауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Обучающийся получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью; характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья;

- планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Обучающийся научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

Обучающийся получит возможность научиться:

- сформировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств

- овладевать умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Физическое совершенствование

Обучающийся научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

- выполнять организующие строевые команды и приёмы;

- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);

- выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад;

- проходить станции круговой тренировки;

- прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку;

- выполнять технику высокого старта, технику метания;

- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них;
- передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двушажным ходом, выполнять повороты на лыжах переступанием и прыжком;
- переносить лыжи под рукой и на плече;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах.

Содержание учебного предмета (99 часов)

Содержание программы направлено на создание условий для развития личности ребенка, мотивации к познанию, творчеству и приобщению к общечеловеческим ценностям, укрепления психического и физического здоровья.

Содержание программы состоит из двух частей – базовой и дифференцированной (вариативной).

Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика.

Вариативная часть физической культуры обусловлена необходимостью учета индивидуальных способностей учащихся, а также учета особенности режима работы общеобразовательного учреждения.

Знания о физической культуре (4 часа)

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Гимнастика с основами акробатики (32 часа). Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед; гимнастический мост.

Акробатические комбинации, например, мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев;

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами

лазания и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика (26часов). *Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах, на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1кг.) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в цель и на дальность.

Подвижные и спортивные игры (25 часов).

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Лыжная подготовка (12часов)

Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте и в движении). Скольжение на правой (левой) ноге. Спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах. Подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большей интенсивности.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
1	Вводный инструктаж по ОТ. Строевые упражнения.	01.09.2020	1
2	ИОТ-036 на рабочем месте. Строевые упражнения	02.09.2020	1
3	Строевые упражнения. Подвижная игра "Займи своё место"	04.09.2020	1
4	Освоение строевых упражнений. Подвижная игра "Поймай меня"	08.09.2020	1
5	Прыжки на одной и двух ногах вверх на опору. Подвижная игра "смена мест"	09.09.2020	1
6	Общеразвивающие упражнения. Подвижная игра "Колдунчики"	11.09.2020	1
7	Корректировка техники бега. "Подвижная игра "Пятнашки"	15.09.2020	1

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
8	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью. Подвижные игры: "к своим флажкам", "Два Мороза"	16.09.2020	1
9	Основы знаний о физкультурной деятельности	18.09.2020	1
10	Организационные приёмы и навыки прыжков. Подвижные игры: "Прыгающие воробушки", "Зайцы в огороде"	22.09.2020	1
11	Приёмы и навыки прыжков вверх и вниз на маты	23.09.2020	1
12	Организационные навыки. Физкультурная деятельность древних народов	25.09.2020	1
13	Физкультурная деятельность с общеразвивающей направленностью	29.09.2020	1
14	Организационные приёмы и навыки с физкультурной деятельностью, игра по лёгкой атлетике	30.09.2020	1
15	Общеразвивающие упражнения (скорость, бег по кругу, подвижная игра "салки")	02.10.2020	1
16	Организационные приёмы и навыки на закрепление учебного материала по бегу посредством подвижных игр: "К своим флажкам", "Два мороза"	06.10.2020	1
17	Организационные приёмы и навыки для закрепления учебного материала по прыжкам, развитию скоростно-силовых способностей посредством подвижных игр "Прыгающие воробушки", "Зайцы в огороде"	07.10.2020	1
18	Приём, передача и прокат малого мяча. Правила выполнения упражнений с мячом	09.10.2020	1
19	Техника безопасности на уроках гимнастики. Подвижная игра "Займи своё место"	13.10.2020	1
20	Строевые упражнения, построение в круг, размыкание в шеренге	14.10.2020	1

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
21	Расчет по порядку, ходьба на носках по линии, по скамейке	16.10.2020	1
22	Лазание по гимнастической лестнице, по наклонной лестнице, скамейке, переползание под гимнастической скамейкой	20.10.2020	1
23	Положения в гимнастике, перекаты, группировки, удержание туловища, ног	21.10.2020	1
24	Группировка, перекаты, упоры присев, укрепление пресса	23.10.2020	1
25	Обучение висам на перекладине и шведской стенке	27.10.2020	1
26	Развитие гибкости: наклоны вперед, сидя на полу, прокат на спине назад, выполнение полушпагата	28.10.2020	1
27	Равновесие. Строевые упражнения. Игра "Змейка"	30.10.2020	1
28	Переползание (подражание животным), игры с переползанием: "Крокодил", "Обезьяна"	10.11.2020	1
29	Равновесие. Развитие координационных способностей. Игра "Змейка"	11.11.2020	1
30	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра "Солнышко"	13.11.2020	1
31	Эстафеты с обручем, выполнение команд в разных ситуациях	17.11.2020	1
32	Развитие координационных способностей посредством гимнастических упражнений	18.11.2020	1
33	Подвижные игры - названия и правила	20.11.2020	1
34	Строевые упражнения	24.11.2020	1
35	Метание теннисного мяча, развитие выносливости	25.11.2020	1
36	Совершенствование метания и ловли мяча	27.11.2020	1
37	Развитие выносливости и быстроты	01.12.2020	1

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
38	Контроль за развитием двигательных качеств: ловкости (челночный бег) и быстроты	02.12.2020	1
39	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места, подтягивание	04.12.2020	1
40	Поднимание туловища из положения лежа, прыжки на месте "Удочка"	08.12.2020	1
41	Эстафеты на развитие координации, челночный бег, прыжки со скакалкой, метание в цель	09.12.2020	1
42	Развитие быстроты, передача волейбольного мяча и его ловля	11.12.2020	1
43	Развитие общей выносливости	15.12.2020	1
44	Круговые эстафеты до 20 метров	16.12.2020	1
45	Строевые упражнения. Перестроения из колонны по одному, в колонну по два. Кувырок вперед	18.12.2020	1
46	Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног. Игра "Удочка"	22.12.2020	1
47	Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, упоре стоя на коленях, лежа на животе	23.12.2020	1
48	Совершенствование игр: "День и ночь", "Два мороза", "Займи свое место"	25.12.2020	1
49	Повторный инструктаж по ОТ. Эстафеты и подвижные игры	12.01.2020	1
50	Правила техники безопасности на уроках по лыжной подготовке. Подвижные игры	13.01.2021	1
51	Температурный режим занятий на лыжах. Повороты переступанием на месте	15.01.2021	1
52	Ступающий шаг. Передвижение скользящим шагом без палок	19.01.2021	1
53	Передвижение скользящим шагом с палками	20.01.2021	1

Физическая культура 1 в класс

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
54	Движение ступающим шагом в подъем от 5-8*	22.01.2021	1
55	Спуски с горы в средней стойке с прокатом в высокой стойке	26.01.2021	1
56	Встречные эстафеты на лыжах	27.01.2021	1
57	Эстафеты с поворотом вокруг флажка	29.01.2021	1
58	Прокат на одной лыже. Спуск с горы	02.02.2021	1
59	Прокат на одной лыже. Падение на лыжах и подъем	03.02.2021	1
60	Лыжная подготовка-передвижение на лыжах с поворотами, стойка на спусках	05.02.2021	1
61	Урок игра (прокат на одной лыже и подъем способом "лестница")	09.02.2021	1
62	Урок игра (прокат на одной лыже и подъем способом "лестница")	10.02.2021	1
63	Урок игра (прокат на одной лыже и подъем способом "лестница")	12.02.2021	1
64	Лыжная подготовка- спуск с горы в высокой стойке	24.02.2021	1
65	Подвижные игры. Техника безопасности и правила поведения	26.02.2021	1
66	Правила закаливания (солнечные и воздушные ванны)	02.03.2021	1
67	Подвижные игры. Названия и правила	03.03.2021	1
68	Строевые упражнения. Подвижные игры	05.03.2021	1
69	Совершенствование метания и ловли теннисного мяча	09.03.2021	1
70	Развитие выносливости и быстроты	10.03.2021	1
71	Контроль за развитием двигательных качеств: ловкости (челночный бег 4 x 9	12.03.2021	1

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
	м.)		
72	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с места	16.03.2021	1
73	Поднимание туловища из положения лежа, прыжки на месте - "удочка"	17.03.2021	1
74	Эстафеты на развитие координации: челночный бег, прыжки со скакалкой, метание в цель	19.03.2021	1
75	Техника безопасности при проведении "Подвижных игр" с мячом. Метание теннисного мяча, развитие выносливости	02.04.2021	1
76	Совершенствование и ловля теннисного мяча. Игра "Вышибалы"	06.04.2021	1
77	Развитие выносливости и быстроты посредством подвижных игр	07.04.2021	1
78	Развитие быстроты. Передача волейбольного мяча и его ловля	09.04.2021	1
79	Развитие выносливости посредством подвижных игр Игра "вышибалы", "Удочка"	13.04.2021	1
80	Подвижные игры на развитие координации. Игра "Змейка"	14.04.2021	1
81	Развитие выносливости посредством подвижных игр: Игра "вышибалы", "Удочка"	16.04.2021	1
82	Контроль за развитием двигательных качеств: ловкости (челночный бег 4х9м.) Подвижные игры на внимание	20.04.2021	1
83	Контроль за развитием двигательных качеств: гибкости (наклоны в положении сидя на полу ноги прямые на уровне плеч). Подвижные игры с мячом	21.04.2021	1
84	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок (выполнять прыжок в длину с места). Подвижные игры с мячом	23.04.2021	1

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
85	Контроль за развитием двигательных качеств: подтягивание (прямой хват при подтягивании). Подвижные игры с мячом	27.04.2021	1
86	Контроль за развитием двигательных качеств: укрепление мышц брюшного пресса (поднимание туловища из положения лежа). Подвижные игры с мячом	28.04.2021	1
87	Эстафеты "Весёлые старты": с мячом, со скакалкой, с эстафетной палочкой. Подвижные игры со скакалкой	30.04.2021	1
88	Развитие координационных способностей: прыжки со скакалкой (20 прыжков без остановки). Подвижные игры со скакалкой	04.05.2021	1
89	Развитие координационных способностей: прыжки через большую качающуюся скакалку. Подвижные игры со скакалкой "Удочка"	05.05.2021	1
90	Развитие координационных способностей: прыжки через большую вращающуюся скакалку. Игра "Удочка"	07.05.2021	1
91	Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Лазание по гимнастической лестнице.	11.05.2021	1
92	Лазание по наклонной лестнице, выполнение кувырок вперед	12.05.2021	1
93	Лазание под гимнастической скамейкой. Повторение кувырок вперед	14.05.2021	1
94	Положения в гимнастике: перекаты, группировки, кувырок вперед	18.05.2021	1
95	Положения в гимнастике: удержание туловища, ног и рук в различных позах и положениях.	19.05.2021	1
96	Подвижные игры с мячом, со скакалкой	21.05.2021	1
97	Повторение разученных подвижных игр с мячом, со скакалкой	25.05.2021	1
98	Подвижные игры.	26.05.2021	1

№ п/п	Тема урока	Дата	Кол-во часов
99	Эстафета с мячом.	28.05.2021	1

Описание материально – технического обеспечения

1. Учебно-методический литература

- Лях В. И. Физическая культура. 1–4 классы : учебник. для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2016.
- Лях В. И. Программы общеобразовательных учреждений : Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2011.
- Н.И.Дереклеева. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы - Москва: «ВАКО»,2015.
- А.Ю.Патрикеев. Подвижные игры 1-4 классы - Москва: «ВАКО»,2015.
- А.Ю.Патрикеев. Зимние подвижные игры 1-4 классы - Москва: «ВАКО»,2015.
- Г.П.Попова. Дружить со спортом и игрой - Волгоград: «Учитель»,2015.

2. Спортивное оборудование:

Гимнастические скамейки, «шведская» стенка, «козел», маты, коврики. Сетки: волейбольные.

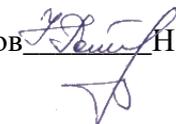
3. Спортивный инвентарь:

Мячи: волейбольные, баскетбольные, для метания, набивные; обручи, скакалки, кегли, рулетки, секундомеры, эстафетные палочки.

«Рассмотрено»

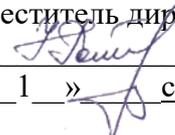
на заседании ШМО учителей начальных классов
протокол № 1 от « 31 » августа 2020 г.

Руководитель ШМО

учителей начальных классов  Н.Н.Романенкова

«Согласовано»

заместитель директора по УВР

 Н.Н. Романенкова

« 1 » сентября 2020

Лист корректировки рабочей программы

Тема урока	Дата		Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Подпись учителя
	по плану	по факту			

Физическая культура 1 в класс
