

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Управление образования Георгиевского городского округа

Ставропольского края

МБОУ СОШ №6

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

СОГЛАСОВАНО

Замдиректора по УВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Тишина Е.А.

Тугова Е.Н.

Харчевникова М.А.

Протокол №1

Протокол №1

Приказ №410

от «28» августа 2023 г.

от «29» августа 2023 г.

от «29» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

(ID 4513392)

Учебного предмета

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

(для 1–4 классов образовательных организаций)

Георгиевск, 2023

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 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
Общее число часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе составляет 272 ч (два часа в неделю в каждом классе): 1 класс — 68 ч; 2 класс — 68 ч; 3 класс — 68 ч; 4 класс — 68 ч.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.

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.

При составлении рабочей программы произведена корректировка примерной авторской программы в плане изменения числа тем, последовательности их изложения и перераспределения часов. Данные изменения вызваны климатическими условиями края и возможностями материально-технической базы учебного учреждения.

При планировании учебного материала настоящей программы *Модуль «Лыжная подготовка»* заменены на углублённое освоение содержания *Модуля «Кроссовая подготовка»* раздел *«Лёгкой атлетики»*

Кроссовая подготовка. Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости. Бег по пересеченной местности.

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.

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

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре. Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

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

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

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

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

При составлении рабочей программы произведена корректировка примерной авторской программы в плане изменения числа тем, последовательности их изложения и перераспределения часов. Данные изменения вызваны климатическими условиями края и возможностями материально-технической базы учебного учреждения.

При планировании учебного материала настоящей программы *Модуль «Лыжная подготовка»* и *Модуль «Плавание»* заменены на углублённое освоение содержания Модуля *«Кроссовая подготовка»* раздел *«Лёгкой атлетики»*

Кроссовая подготовка. Чередование ходьбы и бега. Развитие выносливости. Бег по пересеченной местности.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега.

Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные и спортивные игры.

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

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

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

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

Способы самостоятельной деятельности. Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их

отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование. *Оздоровительная физическая культура.* Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

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

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

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

При составлении рабочей программы произведена корректировка примерной авторской программы в плане изменения числа тем, последовательности их изложения и перераспределения часов. Данные изменения вызваны климатическими условиями края и возможностями материально-технической базы учебного учреждения.

При планировании учебного материала настоящей программы *Модуль «Лыжная подготовка» и Модуль «Плавание»* заменены на углублённое освоение содержания Модуля *«Кроссовая подготовка»* раздел *«Лёгкой атлетики»*.

Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу.

4 КЛАСС

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

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

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.

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

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

При составлении рабочей программы произведена корректировка примерной авторской программы в плане изменения числа тем, последовательности их изложения и перераспределения часов. Данные изменения вызваны климатическими условиями края и возможностями материально-технической базы учебного учреждения.

При планировании учебного материала настоящей программы *Модуль «Лыжная подготовка» и Модуль «Плавание»* заменены на углублённое освоение содержания Модуля «Кроссовая подготовка» раздел «Лёгкой атлетики»

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ 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 физкультурминуток, 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

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 культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультурминуток;
- 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.

2 КЛАСС

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;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

К концу обучения в **третьем классе** обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону; двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону; лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на

месте и движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
— выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 КЛАСС

К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ

ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные	практичес кие	
Раздел 1. Легкая атлетика.					
1.1.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге.				http://school-
1.2.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места.				http://school-
1.3.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метания.				http://school-
Итого по разделу		22			
Раздел 2. Кроссовая подготовка.					
2.1.	Модуль "Кроссовая подготовка". Чередование ходьбы и бега				http://school-
2.2.	Модуль "Кроссовая подготовка ". Развитие выносливости. Бег по пересеченной местности				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		10			http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Раздел 3. Гимнастика с основами акробатики.					
3.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения.				http://school-
3.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения				http://school-
3.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Простые прыжки.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Висы и упоры.					http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		12			
Раздел 4. Подвижные и спортивные игры.					
4.1.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры в волейбол.	24			
4.2.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол.				

4.3.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол.				
Итого по разделу		24			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

2 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные	практические	
Раздел 1. Легкая атлетика.					
1.1.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.2.	Модуль "Лёгкая атлетика". Бег на короткие дистанции.				http://school-
Итого по разделу		22			
Раздел 2. Кроссовая подготовка.					
2.1.	Модуль "Кроссовая подготовка" Преодоление малых препятствий.				http://school-
Итого по разделу		10			
Раздел 3. Гимнастика с основами акробатики.					
3.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и				http://school-
3.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
3.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		12			
Раздел 4. Подвижные и спортивные игры.					
4.1.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры в волейбол.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4.2.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4.3.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол.				
Итого по разделу		24			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

3 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные	практиче ские	
Раздел 1. Легкая атлетика.					
1.1.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски набивного мяча.				http://school-
	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения повышенной координационной сложности.				
	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места.				
Итого по разделу		22			
Раздел 2. Кроссовая подготовка.					
2.1.	Модуль "Кроссовая подготовка" Преодоление малых препятствий.				http://school-
2.2.	Модуль "Кроссовая подготовка". Равномерный бег. Выпрыгивания.				http://school-
2.3.	Модуль "Кроссовая подготовка ". Равномерный бег. Чередование хольбы и бега.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		10			
Раздел 3. Гимнастика с основами акробатики.					
3.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и				http://school-
3.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по				http://school-
3.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Прыжки через скакалку				http://school-
Итого по разделу		12			
Раздел 4. Подвижные и спортивные игры.					
4.1.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры в волейбол.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4.2.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол.				
Итого по разделу		24			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

4 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные	практиче ские	
Раздел 1. Легкая атлетика.					
1.1.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения.				http://school-
1.2.	Модуль "Легкая атлетика ". Прыжки в длину с места.				http://school-
1.3.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность.				
	Итого по разделу	22			
Раздел 2. Кроссовая подготовка.					
2.1.	Модуль "Кроссовая подготовка". Бег по пересеченной местности.				http://school-
2.2.	Модуль "Кроссовая подготовка ". Равномерный бег. Чередование ходьбы и				http://school-
	Итого по разделу	10			
Раздел 3. Гимнастика с основами акробатики.					
3.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация				http://school-
3.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения				http://school-
	Итого по разделу	12			
Раздел 4. Подвижные и спортивные игры.					
4.1.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры в волейбол.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4.2.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол.				http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4.3.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол.				
	Итого по разделу	24			
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	кон тро льн	пра кти чес	
1.	Легкая атлетика. Техника безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет. Организуемые команды: «Смирно», «На первый, второй рассчитайсь», «Вольно», «Шагом марш», «На месте стой, раз, два», «Равняйся».	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
2.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Высокий старт. Бег с высокого старта.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
3.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег из разных положений.	1	0	1	Практическое занятие;
4.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с ускорением. Бег с максимальной скоростью 30 и 60 м.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
5.	Беговые упражнения. Спортивная ходьба.	1	0	1	Беседа Практическое
6.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Прыжок в длину с места.	1	0	1	Практическое занятие;
7.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Эстафетный бег, старт в эстафетном беге.	1	0	1	Практическое занятие;
8.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег с ускорением.	1	0	1	Практическое занятие;
9.	Подвижные игры с бегом и прыжками.	1	0	1	Практическое занятие;
10.	Подвижные игры с бегом и прыжками.	1	0	1	Практическое занятие;
11.	Кроссовая подготовка. Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (2 мин.) Чередование ходьбы и бега.	1	0	1	Практическое занятие;
12.	Бег с измерением пульса.	1	0	1	Практическое занятие;

13.	Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (3 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
14.	Освоение равномерного бега (4 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
15.	Отработка равномерного бега (5 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Практическое занятие;
16.	Обобщающий урок. Итоговый контроль бег 6 мин.	1	0	1	Практическое занятие;
17.	Гимнастика. Строевые упражнения. Строевая (основная) стойка. Построение в колонну по одному на месте.	1	0	1	Практическое занятие;
18.	Построение в шеренгу. Построение в круг.	1	0	1	Беседа Практическое
19.	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам.	1	0	1	Беседа Практическое
20.	Размыкание на поднятые в стороны руки.	1	0	1	Беседа Практическое
21.	Повороты направо и налево на месте.	1	0	1	Практическое занятие;
22.	Команды «Шагом — МАРШ!», «Класс — СТОЙ!».	1	0	1	Беседа Практическое

23.	Акробатические упражнения. Группировка. Перекаты.	1	0	1	Практическое занятие;
24.	Простые прыжки. Прыжки через длинную скакалку.	1	0	1	Практическое занятие;
25.	Прыжки с высоты. Обучение приземлению.	1	0	1	Практическое занятие;
26.	Висы и упоры. Лазанье по наклонно поставленным скамейкам.	1	0	1	Практическое занятие;
27.	Лазанье по гимнастической стенке.	1	0	1	Беседа Практическое
28.	Перелезание через гимнастическую скамейку и горку матов.	1	0	1	Практическое занятие;
29.	Волейбол. Подбросить мяч вверх и поймать двумя руками. - Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши и поймать. - Подбросить мяч вверх и поймать его после удара об пол.	1	0	1	Практическое занятие;

30.	Подбросить мяч вверх, хлопнуть в ладоши впереди и позади себя, поймать мяч. - Подбросить мяч вверх, убрать руки за голову, поймать мяч. - Подбросить мяч вверх и поймать его одной правой или левой рукой. - Бросок мяча друг другу в парах.	1	0	1	Практическое занятие;
31.	Ударить мячом об пол, хлопнуть в ладоши и поймать его. - Ударить мячом об пол, повернуться вокруг себя и поймать его. - Ударить мячом об пол и поймать его правой (левой) рукой. Удар мяча о стену правой, левой рукой. - Бросок мяча о стену (стоя к стене спиной), поворот на 180 градусов поймать мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
32.	Отбивать мячом об пол правой (левой) рукой по 5-6 раз, продвигаясь вперед. - Ударить мячом об пол, хлопнуть впереди и сзади себя, поймать мяч. - Ударить мячом об пол, сделать хлопок под коленом, поймать мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
33.	Сидя на полу (ноги прямые) подбросить мяч вверх, успеть встать и поймать мяч. - Мяч за спиной, подбросить мяч вперед-вверх, поймать мяч перед собой.	1	0	1	Практическое занятие;

34.	Бросить мяч одной рукой в стену и поймать его одной рукой. - Мяч за спиной, бросок мяча из-за спины о стену, поймать мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
35.	Ударить мячом о стену из-за головы, поймать мяч. Один ребенок бросает мяч в стену, а другой ловит его. - То же самое, но бросающий с мячом стоит за спиной у ловящего.	1	0	1	Практическое занятие;
36.	Стойки игрока. Упражнения для обучения перемещениям. В группах по 4-6 человек броски мяча друг другу и ловля мяча с перемещением.	1	0	1	Практическое занятие;
37.	Баскетбол. Стойка игрока (исходные положения) Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
38.	Перемещение в стойке приставными шагами: правым, левым боком, лицом вперед. Подвижные игры	1	0	1	Практическое занятие;
39.	Правила игры мини- баскетбол. Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
40.	Сочетание способов перемещений (бег, остановки, повороты, прыжки вверх). Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
41.	Передача мяча от груди, от плеча. Подвижные игры с ведением и передачей мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
42.	Передача мяча в парах. Ведение мяча шагом правой и левой рукой. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;

43.	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
44.	Ведение мяча, остановка прыжком на две ноги, бросок мяча в кольцо от щита. Противодействие розыгрышу мяча. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
45.	Футбол. Техника безопасности на занятиях по футболу. Амплуа. Обучение передаче мяча. Обучение остановке мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
46.	Совершенствование навыков остановке мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
47.	Совершенствование навыков передаче мяча. Обучение остановки мяча бедром.	1	0	1	Практическое занятие;
48.	Обучение удару мяча слета. Совершенствование навыков удара по мячу с лета.	1	0	1	Практическое занятие;
49.	Обучение отбору мяча у соперника. Обучение розыгрышу мяча в стандартных положениях (штрафной).	1	0	1	Практическое занятие;
50.	Удары по прыгающему и летящему мячу.	1	0	1	Практическое занятие;
51.	Совершенствование ударов по воротам.	1	0	1	Практическое занятие;
52.	Подвижные игры и эстафеты.	1	0	1	Практическое занятие;
53.	Кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости. Бег с преодолением горизонтальных препятствий.	1	0	1	Практическое занятие;
54.	Бег с измерением пульса. Кросс 5 мин.	1	0	1	Практическое занятие;

55.	Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50м, ходьба – 100м</i>).	1	0	1	Практическое занятие;
56.	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	1	0	1	Практическое занятие;
57.	Легкая атлетика. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег на выносливость до 6 минут.	1	0	1	Практическое занятие;
58.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Метание малого мяча в вертикальную цель с места.	1	0	1	Практическое занятие;

59.	Преодоление полосы препятствий. Встречные эстафеты.	1	0	1	Практическое занятие;
60.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с увёртыванием.	1	0	1	Практическое занятие;
61.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с препятствиями (1препятствие).	1	0	1	Практическое занятие;
62.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Барьерный бег.	1	0	1	Практическое занятие;
63.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
64.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
65.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Метание малого мяча в вертикальную цель с места.	1	0	1	Практическое занятие;
66.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Полоса препятствий	1	0	1	Практическое занятие;
67.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
68.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	68	

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	кон тро льн	пра кти чес	
1.	Легкая атлетика. Техника безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет. Организуемые команды: «Смирно», «На рассчитайсь», «Вольно», «Шагом марш», «На месте стой, раз, два», «Равняйся».	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
2.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег из разных положений.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
3.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование.	1	0	1	Практическое занятие;
4.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с ускорением. Бег с максимальной скоростью 30 и 60 м.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
5.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Беседа Практическое
6.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега.	1	0	1	Практическое занятие;
7.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча в цель с места. Метание малого мяча по предметам.	1	0	1	Практическое занятие;
8.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Эстафетный бег, старт в эстафетном беге, бег по дистанции, передача эстафетной палочки.	1	0	1	Практическое занятие;
9.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
10.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
11.	Кроссовая подготовка. Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (3 мин.) Чередование ходьбы и бега.	1	0	1	Практическое занятие;
12.	Бег с измерением пульса.	1	0	1	Практическое занятие;

13.	Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (4 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
14.	Освоение равномерного бега (5 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
15.	Отработка равномерного бега (6 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Практическое занятие;
16.	Обобщающий урок. Итоговый контроль бег 7 мин.	1	0	1	Практическое занятие;
17.	Гимнастика. Строевые упражнения. Перестроение из одной шеренги в две.	1	0	1	Практическое занятие;
18.	Кувырок вперед.	1	0	1	Беседа Практическое
19.	Кувырок в сторону.	1	0	1	Беседа Практическое
20.	Стойка на лопатках согнув ноги.	1	0	1	Беседа Практическое
21.	Из стойки на лопатках согнув ноги перекатом вперед упор присев.	1	0	1	Практическое занятие;
22.	Простые прыжки. Прыжки через короткую скакалку.	1	0	1	Беседа Практическое

23.	Прыжки с высоты. Высота до 60 см.	1	0	1	Практическое занятие;
24.	Висы и упоры. Висы стоя.	1	0	1	Практическое занятие;
25.	Висы лежа.	1	0	1	Практическое занятие;
26.	Висы простые. Подтягивание из вися на перекладине (мальчики). Подтягивание из вися лежа (девочки).	1	0	1	Практическое занятие;
27.	Комбинация для совершенствования и контрольного урока.	1	0	1	Беседа Практическое
28.	Упражнения в равновесии.	1	0	1	Практическое занятие;
29.	Волейбол. Перебрасывание мяча друг другу двумя руками от груди (баскетбольный бросок). - Перебрасывание мяча друг другу из-за головы.	1	0	1	Практическое занятие;
30.	Перебрасывание мяча друг другу через круг. - Перебрасывание мяча друг другу с ударом об пол. - Передача мяча друг другу во время ходьбы по кругу.	1	0	1	Практическое занятие;

31.	Стойка игрока, перемещение. В парах броски мяча одной рукой, (двумя руками) через сетку.	1	0	1	Практическое занятие;
32.	Стойка игрока, перемещение. - Стоя спиной к стене, бросить мяч между ногами так, чтобы он ударился об пол и о стену, и поймать его после отскока от стены. Бросок мяча о стену (стоя к стене спиной), поворот на 180 градусов поймать мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
33.	Перебрасывание мяча через веревку или сетку - Перебрасывание мяча через сетку снизу. - Перебрасывание мяча через сетку из-за головы. П/и «Перестрелка».	1	0	1	Практическое занятие;

34.	Перемещение в стойке. - Удар мяча о стену правой, левой рукой. - Бросок мяча о стену (стоя к стене спиной), поворот на 180 градусов поймать мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
35.	Подбросить мяч вверх перед собой и отбивать его через сетку. - В парах броски мяча друг другу через сетку. - Передача и перебрасывание мяча в тройках с перебежками.	1	0	1	Практическое занятие;
36.	В парах перебрасывание друг другу, двух мячей одновременно - В парах бросок мяча через сетку в заданную часть площадки, поймать мяч. Учебная игра «Пионербол»	1	0	1	Практическое занятие;
37.	Баскетбол. Ведение мяча, бросок мяча в кольцо. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
38.	Ведение мяча с броском в кольцо справа, слева и по центру на кольцо. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
39.	Стойка игрока. Передачи мяча в парах. Эстафеты с ведением мяча, со скакалкой.	1	0	1	Практическое занятие;
40.	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
41.	Ведение мяча правой и левой рукой.передачи мяча, броски двумя руками в кольцо. Противодействие выходу на свободное место. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
42.	Ловля и передача мяча в парах, тройках на месте и в движении с сопротивлением. Эстафеты с ведением мяча, со скакалкой. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
43.	Бросок мяча после остановки. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;

44.	Ведение мяча правой и левой рукой.передачи мяча, броски двумя руками в кольцо. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
45.	Футбол. Совершенствование навыков остановке мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
46.	Совершенствование навыков передаче мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
47.	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	1	0	1	Практическое занятие;
48.	Обучение отбору мяча у соперника.	1	0	1	Практическое занятие;
49.	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1	0	1	Практическое занятие;
50.	Совершенствование ударов мяча по воротам. Удары по прыгающему и летящему мячу.	1	0	1	Практическое занятие;
51.	Игра в «Квадрат». Подвижные игры и эстафеты.	1	0	1	Практическое занятие;
52.	Игра в «Квадрат». Подвижные игры и эстафеты.	1	0	1	Практическое занятие;
53.	Кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости. Бег с преодолением горизонтальных препятствий.	1	0	1	Практическое занятие;
54.	Бег с измерением пульса. Кросс 5 мин.	1	0	1	Практическое занятие;

55.	Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50м, ходьба – 100м</i>).	1	0	1	Практическое занятие;
56.	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	1	0	1	Практическое занятие;
57.	Легкая атлетика. Специальные беговые и прыжковые упражнения Высокий старт. Бег с высокого старта.	1	0	1	Практическое занятие;
58.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с опорой на одну руку. Бег до 500 м	1	0	1	Практическое занятие;
59.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование.	1	0	1	Практическое занятие;

60.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с ускорением. Бег с максимальной скоростью 30 и 60 м.	1	0	1	Практическое занятие;
61.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега.	1	0	1	Практическое занятие;
62.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега.	1	0	1	Практическое занятие;
63.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча в цель с места. Метание малого мяча по предметам.	1	0	1	Практическое занятие;
64.	Подвижные игры с бегом и прыжками.	1	0	1	Практическое занятие;
65.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов.	1	0	1	Практическое занятие;
66.	Комплекс упражнений на выносливость.	1	0	1	Практическое занятие;
67.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег на выносливость до 8 минут.	1	0	1	Практическое занятие;
68.	Подвижные игры с бегом и прыжками.	1	0	1	Практическое занятие;
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	68	

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	кон-трольн	пра-кти-чес	
1.	Легкая атлетика. Техника безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет. Специальные беговые и прыжковые упражнения Высокий старт. Бег с высокого старта.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
2.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с ускорением. Бег с максимальной скоростью 30 и 60 м.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
3.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег из разных положений.	1	0	1	Практическое занятие;
4.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Стартовый разгон, бег по дистанции, финиширование.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
5.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с опорой на одну руку. Бег до 1000 м	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
6.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
7.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега.	1	0	1	Практическое занятие;
8.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча в цель с места. Метание малого мяча по предметам.	1	0	1	Практическое занятие;
9.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег на выносливость до 10 минут.	1	0	1	Практическое занятие;

10.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Эстафетный бег, старт в эстафетном беге, бег по дистанции, передача эстафетной палочки.	1	0	1	Практическое занятие;
11.	Кроссовая подготовка. Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (4 мин.) Чередование ходьбы и бега.	1	0	1	Практическое занятие;
12.	Бег с измерением пульса.	1	0	1	Практическое занятие;
13.	Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (5 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
14.	Освоение равномерного бега (6 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
15.	Отработка равномерного бега (7 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Практическое занятие;
16.	Обобщающий урок. Итоговый контроль бег 8 мин.	1	0	1	Практическое занятие;
17.	Гимнастика. Строевые упражнения. Освоить передвижения по диагонали, противходом, змейкой, повороты направо и налево в движении. Ознакомиться с командами «Шире шаг!», «Короче шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!».	1	0	1	Практическое занятие;
18.	Акробатические упражнения. Два, три кувырка вперед.	1	0	1	Беседа Практическое
19.	Стойка на лопатках.	1	0	1	Беседа Практическое
20.	Из положения лежа на спине «мост».	1	0	1	Беседа Практическое
21.	Перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой.	1	0	1	Практическое занятие;
22.	Простые прыжки. Прыжки через скакалку вращением назад.	1	0	1	Беседа Практическое
23.	Прыжки с высоты. До 80 см.	1	0	1	Практическое занятие;
24.	Висы и упоры. Перелезание через бревно высотой 90 см.	1	0	1	Практическое занятие;

25.	Перелезание через коня в ширину (высота 90 см).	1	0	1	Практическое занятие;
26.	Лазанье по канату на согнутых руках с захватом ногами скрестно.	1	0	1	Практическое занятие;
27.	Комбинации и связки для совершенствования выполнения упражнений в простых и смешанных висах и упорах.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
28.	Комбинации и связки для совершенствования выполнения упражнений в простых и смешанных висах и упорах.	1	0	1	Практическое занятие;
29.	Волейбол. Стойки, перемещения. Пояснения к правилам игры в волейбол.	1	0	1	Практическое занятие;
30.	Имитация верхней передачи с набивными мячами	1	0	1	Практическое занятие;
31.	1. Имитация положения кистей на мяче. 2. В стойке волейболиста подбросить мяч одной рукой над собой и поймать его обеими руками на уровне лица. Руки перед ловлей принимают форму мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
32.	1. В парах первый игрок набрасывает мяч в удобное для выполнения передачи положение, второй ловит мяч в стойке и, имитирует передачу, последовательно разгибая ноги и руки. 2. Стоя у стены, учащиеся выполняют одну верхнюю передачу в стену собственного набрасывания, затем ловят мяч. Количество передач постепенно увеличивается. 3. В парах игроки направляют мяч друг другу верхней передачей, создавая удобные условия для передачи и перемещаясь к мячу.	1	0	1	Практическое занятие;
33.	1. Стойка игрока, перемещение. 2. В парах броски мяча одной рукой, (двумя руками) через сетку. 3. Бросить мяч в стену, выполнить верхнюю передачу: а) над собой; б) в стену.	1	0	1	Практическое занятие;

34.	1. Стойка игрока, перемещение. 2. Принять стойку волейболиста, руки перед туловищем в готовности для нижней передачи мяча; разгибать и сгибать ноги, имитируя нижнюю передачу. 3. Подбросить мяч, после отскока от пола подставить под него сложенные руки, после вертикального отскока от рук поймать мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
35.	1. В парах: с точного броска партнёра вернуть мяч с нижней передачи. 2. Бросить мяч в стену, подставить под него руки для нижней передачи, направляя его в стену, затем поймать. 3. В парах выполнить верхние передачи мяча, изменяя высоту траектории и длину передачи. Игроки перемещаются под мяч.	1	0	1	Практическое занятие;
36.	1. Выполнить нижнюю передачу с неточного набрасывания партнёра, мяч набрасывается слева или справа от игрока. 2. То же, но выполняется передача сверху. Учебная игра «мини-волейбол».	1	0	1	Практическое занятие;
37.	Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления движения и скорости. Подвижные игры с мячом.	1	0	1	Практическое занятие;
38.	Передачи баскетбольного мяча на месте и в движении. Подвижные игры с бегом и мячом.	1	0	1	Практическое занятие;
39.	Стойка игрока, упражнения с мячом на ловкость. Ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке Передачи мяча в игре. Правила игры мини – баскетбол.	1	0	1	Практическое занятие;
40.	Система личной защиты. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ловля и передача мяча. Подвижные игры с бегом и мячом.	1	0	1	Практическое занятие;
41.	Ведение мяча правой и левой рукой с сопротивлением. Ловля и передача мяча. Броски мяча одной рукой от плеча с места.	1	0	1	Практическое занятие;
42.	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. Ловля и передача мяча. Противодействие атаки корзины. Подвижные игры.	1	0	1	Практическое занятие;
43.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Индивидуальные действия в защите в игре. Подвижные игры с бегом и мячом.	1	0	1	Практическое занятие;
44.	Упражнения с мячом на развитие ловкости Броски мяча в корзину со средней дистанции. Игра «Стритбол»	1	0	1	Практическое занятие;
45.	Футбол. Обучение удару пол мячу слета.	1	0	1	Практическое занятие;
46.	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	1	0	1	Практическое занятие;
47.	Обучение остановке мяча после отскока.	1	0	1	Практическое занятие;

48.	Обучение удару по мячу головой.	1	0	1	Практическое занятие;
49.	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1	0	1	Практическое занятие;
50.	Удары по прыгающему и летящему мячу.	1	0	1	Практическое занятие;
51.	Удары по катящемуся мячу.	1	0	1	Практическое занятие;
52.	Обманные движения (финты).	1	0	1	Практическое занятие;
53.	Кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости. Бег с преодолением горизонтальных препятствий.	1	0	1	Практическое занятие;
54.	Бег с измерением пульса. Кросс 5 мин.	1	0	1	Практическое занятие;

55.	Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50м, ходьба – 100м</i>).	1	0	1	Практическое занятие;
56.	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	1	0	1	Практическое занятие;
57.	Легкая атлетика. Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с препятствиями (до 3 -х препятствий).	1	0	1	Практическое занятие;
58.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Барьерный бег.	1	0	1	Практическое занятие;
59.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Эстафетный бег, старт в эстафетном беге, бег по дистанции, передача эстафетной палочки.	1	0	1	Практическое занятие;
60.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с ускорением. Бег с максимальной скоростью 30 и 60 м.	1	0	1	Практическое занятие;
61.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с места. Прыжки в длину с разбега.	1	0	1	Практическое занятие;
62.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча в цель с места.	1	0	1	Практическое занятие;
63.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча на дальность с 4-5 шагов.	1	0	1	Практическое занятие;
64.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча по предметам.	1	0	1	Практическое занятие;
65.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
66.	Контрольные игры и соревнования.	1	0	1	Практическое занятие;

67.	Контрольные игры и соревнования.	1	0	1	Практическое занятие;
68.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Практическое занятие;
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	68	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольн	практичес	
1.	Легкая атлетика. Техника безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Низкий старт. Бег с низкого старта.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
2.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с ускорением. Бег с максимальной скоростью 30 и 60 м.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
3.	Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег из разных положений.	1	0	1	Практическое занятие;
4.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с опорой на одну руку. Бег до 1500 м	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
5.	Подвижные игры с бегом и прыжками	1	0	1	Беседа Практическое
6.	Контрольные игры и соревнования	1	0	1	Практическое занятие;
7.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с места. Тройной прыжок с	1	0	1	Практическое занятие;
8.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Тройной прыжок с места. Прыжки в длину с разбега способом «Согнув ноги».	1	0	1	Практическое занятие;
9.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с разбега способом «Согнув ноги».	1	0	1	Практическое занятие;

10.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча в цель с места. Метание малого мяча по предметам.	1	0	1	Практическое занятие;
11.	Кроссовая подготовка. Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (5 мин.) Чередование ходьбы и бега.	1	0	1	Практическое занятие;
12.	Бег с измерением пульса.	1	0	1	Практическое занятие;
13.	Освоение ходьбы и бега. Равномерный бег (6 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
14.	Освоение равномерного бега (7мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Беседа Практическое
15.	Отработка равномерного бега (8 мин.) Чередование ходьбы и бега	1	0	1	Практическое занятие;
16.	Обобщающий урок. Итоговый контроль бег 9 мин.	1	0	1	Практическое занятие;
17.	Гимнастика. Строевые упражнения. Строевые приемы по командам «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!».	1	0	1	Практическое занятие;
18.	Расчет по порядку.	1	0	1	Беседа Практическое
19.	Поворот кругом на месте.	1	0	1	Беседа Практическое
20.	Перестроение из одной шеренги в три уступами.	1	0	1	Беседа Практическое
21.	Перестроение из колонны по одному в колонну по три (четыре) поворотом в движении.	1	0	1	Практическое занятие;
22.	Рапорт учителю.	1	0	1	Беседа Практическое
23.	Акробатические упражнения. Кувырок назад в группировке.	1	0	1	Практическое занятие;
24.	Кувырок назад и перекатом назад стойка на лопатках.	1	0	1	Практическое занятие;
25.	Комбинация для совершенствования и контрольного урока.	1	0	1	Практическое занятие;

26.	Простые прыжки. Прыжки на месте с поворотом на 360°, прыжки на двух ногах со сгибанием и разведением ног, прыжки с продвижением вперед, чередуя их на двух и одной ноге.	1	0	1	Практическое занятие;
27.	Опорные прыжки. Вскок в упор стоя на коленях на горку матов, коня, козла на высоте 80-100 см и соскок махом руками вперед.	1	0	1	Беседа Практическое занятие;
28.	Упражнения в равновесии.	1	0	1	Практическое занятие;
29.	Волейбол. 1. Передачи мяча над собой, не выходя из круга радиусом 2 м. Высота передачи 2-3 м. Сопровождать передачу кистями рук. 2. Двукратное и многократное выполнение нижней передачи над собой;	1	0	1	Практическое занятие;
30.	1. Передача мяча сверху (снизу) над собой 2. Передача мяча сверху (снизу) у стены 3. В стойке для подачи одной рукой подбрасывают мяч, другой делают несильное ударное движение по мячу.	1	0	1	Практическое занятие;
31.	1. Из положения замаха выполнить нападающий удар: а) по тыльной стороне кисти выставленной вперед-вверх левой руки; б) по мячу в левой руке; в) без мяча с опусканием руки; 2 - Выполнить верхнюю передачу мяча над собой на минимальную высоту (5–10 см). 3. В парах первый игрок набрасывает мяч в положение, удобное для нижней передачи, второй возвращает мяч нижней передачей.	1	0	1	Практическое занятие;
32.	1. Разбег с 1–2 шагов, нападающий удар по мячу в держателе или с поддержкой партнера: а) в пол; б)	1	0	1	Практическое занятие;
33.	В парах упражнение на три счета. На счет «раз» надо подбросить мяч, на «два» – выполнить замах, на «три» - удар по мячу. Расстояние между игроками 6 м. - Передача мяча снизу(сверху) над собой в движении.	1	0	1	Практическое занятие;

34.	1. Имитация нападающего удара на гимнастическую скамейку или на сложенные маты. 2. Первый игрок выполняет верхнюю передачу, а второй после разбега и напрыгивания ловит мяч обеими руками в высшей точке прыжка. 3. В парах: один подбрасывает мяч вперед-вверх, второй подбегает к мячу и выполняет передачу мяча сверху (снизу).	1	0	1	Практическое занятие;
35.	1. Удар мяча о стену правой, левой рукой. 2. На расстоянии от сетки 4-5 м верхняя прямая подача 3. Передача мяча сверху (снизу) через сетку	1	0	1	Практическое занятие;

36.	1. Сочетание верхней и нижней передачи. Игрок посылает мяч в стену верхней передачей, принимает мяч и посылает вверх над собой нижней передачей, постепенно увеличивая количество передач. 2. В парах бросок мяча в прыжке толчок вверх (с двух ног) через сетку, двумя руками. 3. Подача мяча заданным способом на сторону соперника через сетку. Правила игры в волейбол.	1	0	1	Практическое занятие;
37.	Баскетбол. Стойка игрока. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке. Подвижные игры с бегом.	1	0	1	Практическое занятие;
38.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Броски мяча в корзину после остановки прыжком на две ноги.	1	0	1	Практическое занятие;
39.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Броски мяча в корзину после остановки прыжком на две ноги. Игра «Стритбол».	1	0	1	Практическое занятие;
40.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Индивидуальные действия в защите в игре.	1	0	1	Практическое занятие;
41.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Броски мяча в корзину со средней дистанции. Штрафной бросок. Игра «Стритбол».	1	0	1	Практическое занятие;
42.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Броски мяча в корзину с дальней дистанции. Штрафной бросок. Игра «Стритбол».	1	0	1	Практическое занятие;
43.	Ведение мяча с обводкой стоек. Челночный бег. Броски в кольцо после ведения.	1	0	1	Практическое занятие;
44.	Упражнения с мячом на развитие ловкости. Учебная игра.	1	0	1	Практическое занятие;
45.	Футбол. Совершенствование навыков передачи мяча.	1	0	1	Практическое занятие;
46.	Совершенствование навыков удара головой.	1	0	1	Практическое занятие;
47.	Совершенствование навыков удара мяча с лета.	1	0	1	Практическое занятие;
48.	Совершенствование навыков удара по прыгающему и летящему мячу	1	0	1	Практическое занятие;
49.	Совершенствование навыков розыгрыша мяча в стандартных положениях.	1	0	1	Практическое занятие;

50.	Совершенствование ударов мяча по воротам.	1	0	1	Практическое занятие;
51.	Обманные движения (финты).	1	0	1	Практическое занятие;
52.	Соревнования по мини-футболу.	1	0	1	Практическое занятие;
53.	Кроссовая подготовка. Упражнения на развитие выносливости. Бег с преодолением горизонтальных препятствий.	1	0	1	Практическое занятие;
54.	Бег с измерением пульса. Кросс 5 мин.	1	0	1	Практическое занятие;

55.	Чередование ходьбы и бега (<i>бег – 50м, ходьба – 100м</i>).	1	0	1	Практическое занятие;
56.	Бег с изменением направления, ритма и темпа.	1	0	1	Практическое занятие;
57.	Легкая атлетика. Специальные беговые и прыжковые упражнения. Бег на выносливость до 15 минут.	1	0	1	Практическое занятие;
58.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Эстафетный бег, старт в эстафетном беге, бег по дистанции, передача эстафетной палочки.	1	0	1	Практическое занятие;
59.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Бег с препятствиями (до 5-ти препятствий).	1	0	1	Практическое занятие;
60.	Специальные упражнения на освоение техники бега. Барьерный бег. Пробегание 1 -2 барьеров.	1	0	1	Практическое занятие;
61.	Специальные упражнения на закрепление техники прыжков. Прыжки в длину с места. Тройной прыжок с места.	1	0	1	Практическое занятие;
62.	Специальные упражнения на освоение техники прыжков. Прыжки в длину с разбега.	1	0	1	Практическое занятие;

63.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча в цель с места.	1	0	1	Практическое занятие;
64.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча по предметам.	1	0	1	Практическое занятие;
65.	Специальные упражнения на освоение техники метаний. Метание малого мяча на дальность с 5 -6 шагов.	1	0	1	Практическое занятие;
66.	Комплекс упражнений на выносливость.	1	0	1	Практическое занятие;
67.	Подвижные игры с бегом и прыжками.	1	0	1	Практическое занятие;
68.	Контрольные игры и соревнования.	1	0	1	Практическое занятие;
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	68	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1 КЛАСС

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

2 КЛАСС

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

3 КЛАСС

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

4 КЛАСС

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1 КЛАСС

<https://infourok.ru/user/bazuev-valerij-aleksandrovich><https://infourok.ru/user/mashkovcev-aleksey-ivanovich>

2 КЛАСС

<https://infourok.ru/user/bazuev-valerij-aleksandrovich><https://infourok.ru/user/mashkovcev-aleksey-ivanovich>

3 КЛАСС

<https://infourok.ru/user/bazuev-valerij-aleksandrovich><https://infourok.ru/user/mashkovcev-aleksey-ivanovich>

4 КЛАСС

<https://infourok.ru/user/bazuev-valerij-aleksandrovich><https://infourok.ru/user/mashkovcev-aleksey-ivanovich>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1 КЛАСС

РОССИЙСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

«Открытый урок. Первое сентября»

<https://urok.1sept.ru/sport>

Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»<https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/>

База разработок для учителей начальных классов

<http://pedsovet.su>

Бесплатное поурочное планирование, сценарии, разработки уроков, внеклассные мероприятия и др.
<http://www.uroki.net>

2 КЛАСС

РОССИЙСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА
<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

«Открытый урок. Первое сентября»
<https://urok.1sept.ru/sport>

Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»
<https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/>
База разработок для учителей начальных классов
<http://pedsovet.su>

Бесплатное поурочное планирование, сценарии, разработки уроков, внеклассные мероприятия и др.
<http://www.uroki.net>

3 КЛАСС

РОССИЙСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА
<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

«Открытый урок. Первое сентября»
<https://urok.1sept.ru/sport>

Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»
<https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/>
База разработок для учителей начальных классов
<http://pedsovet.su>

Бесплатное поурочное планирование, сценарии, разработки уроков, внеклассные мероприятия и др.
<http://www.uroki.net>

4 КЛАСС

РОССИЙСКАЯ ЭЛЕКТРОННАЯ ШКОЛА
<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>

«Открытый урок. Первое сентября»
<https://urok.1sept.ru/sport>

Раздел сайта корпорации «Российский учебник» «Начальное образование»
<https://rosuchebnik.ru/metodicheskaja-pomosch/nachalnoe-obrazovanie/>
База разработок для учителей начальных классов
<http://pedsovet.su>

Бесплатное поурочное планирование, сценарии, разработки уроков, внеклассные мероприятия и др.
<http://www.uroki.net>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Пришкольный стадион (площадка): легкоатлетическая дорожка; сектор для прыжков в длину; игровое поле для мини-футбола; корт для игры в хоккей; площадка игровая для игры в волейбол и баскетбол; гимнастический городок с тренажерами.

Спортивный зал игровой с разметкой для игры в волейбол и баскетбол. Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования.

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Гимнастика: стенка гимнастическая, бревно гимнастическое напольное, козел гимнастический, перекладина гимнастическая навесная, брусья гимнастические навесные, канат для лазания, мост гимнастический подкидной, скамейка гимнастическая жесткая, коврик гимнастический, маты гимнастические, скакалка гимнастическая, палка гимнастическая, обруч гимнастический.

Легкая атлетика: стойки и планка для прыжков в высоту, рулетка измерительная (5 м), мяч для метания малый (теннисный), секундомер ручной.

Подвижные и спортивные игры: щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой, мячи баскетбольные, сетка для переноса и хранения мячей; сетка волейбольная, мяч волейбольный и футбольный, конус спортивный, свисток судейский.