

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования, науки и молодежной политики
Краснодарского края

МОБУ ООШ №27 станицы Вознесенской Лабинского района

Утверждено
решением педсовета
протокол № 4
«30» августа 2022г.
Председатель педсовета
Душик В.Ю./



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4582038)**

учебного предмета

«Физическая культура»

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

Составитель: Абаджев Гиви
Гамлетович учитель
физической культуры

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

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

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

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационнокоммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В 1 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 66 часов.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

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

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

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

Метапредметные результаты

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

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений; *коммуникативные УУД:*
 - воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
 - высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
 - управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
 - обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей; *регулятивные УУД:*
 - выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
 - выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
 - проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

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

1. Патриотическое воспитание:

ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях человека.

2. Гражданское воспитание:

представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнородной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

3. Ценности научного познания:

Знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции;

познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;

познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;

интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание:

Экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;

экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре								
1.1.	Что понимается под физической культурой	2	0	0	01.09.2022 06.09.2022	обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на уроках физической культуры, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
Итого по разделу		2						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Режим дня школьника	2	0	0	14.11.2022 16.11.2022	обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
Итого по разделу		2						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	02.11.2022 03.11.2022	знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
3.2.	Осанка человека	1	0	1	15.03.2023 16.03.2023	знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	2	0	2	17.05.2023 18.05.2023	обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
Итого по разделу		4						
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								

4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	0.25	0	0	16.11.2022 17.11.2022	знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	2.75	0	2.75	22.11.2022 23.11.2022	знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	3	0	3	28.11.2022 29.11.2022	наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/

4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	2	0	2	09.11.2022 15.11.2022	наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	4	0	4	16.11.2022 30.11.2022	наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	2	0	2	07.09.2022 12.09.2022	обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера (передвижение учителя);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0	4	26.09.2022 27.09.2022	знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	6	0	6	11.04.2023 24.04.2023	наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.9.	Модуль "Легкоатлетический кросс". Развитие выносливости в беге в чередовании с ходьбой.	4	0	4	28.09.2022 12.10.2022	по образцу учителя разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу;; описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером; с коррекцией скорости передвижения учителем); разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции; ;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/
4.10.	Модуль "Легкоатлетический кросс". Медленный бег в чередовании с ходьбой до 1000 м.	4	0	4	17.10.2022 18.10.2022	описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером; с коррекцией скорости передвижения учителем); разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции; ; ;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/office/user/homeworks/

4.11.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	18	0	18	01.02.2023 03.04.2023	разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр, используют их при распределении игровых ролей среди играющих, разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок; обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам), играют в разученные подвижные игры.	Практическая работа.	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
Итого по разделу		50						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	8	0	8	18.04.2023 19.05.2023	демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Тестирование.	https://resh.edu.ru/office/user/home/works/
Итого по разделу		8						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	60.75				

СОГЛАСОВАНО
 Протокол заседания МС
 от 30 августа 2022 года № 1

 председатель МС Гойда Н.В.

СОГЛАСОВАНО
 Заместитель директора по УР
 _____ Гойда Н.В.
 подпись _____ Ф.И.О.
30 августа 2022 года

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Что понимается под физической культурой	1	0	0	05.09.2022	Работа на уроке;
2.	Техника безопасности на уроках легкой атлетикой. Модуль "Лёгкая атлетика". Освоение навыков ходьбы	1	0	1	07.09.2022	Практическая работа;
3.	Модуль "Лёгкая атлетика". Освоение навыков бега	1	0	1	12.09.2022	Практическая работа;
4.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжки на одной и на двух ногах на месте	1	0	1	14.09.2022	Практическая работа;
5.	Модуль "Лёгкая атлетика". Многократные прыжки на правой и левой ноге	1	0	1	19.09.2022	Практическая работа;
6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжки с ноги на ногу	1	0	1	21.09.2022	Практическая работа;
7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Выполнения прыжка в длину с места	1	0	1	26.09.2022	Практическая работа;
8.	Модуль "Легкоатлетический кросс. Освоение навыка медленного бега по дистанции	1	0	1	28.09.2022	Практическая работа;
9.	Модуль "Легкоатлетический кросс. Развитие выносливости в медленном беге до 3 мин	1	0	1	03.10.2022	Практическая работа;

10.	Модуль "Легкоатлетический кросс. Развитие выносливости в беге в чередовании с ходьбой.	1	0	1	05.10.2022	Практическая работа;
11.	Модуль "Легкоатлетический кросс. Равномерной бег по слабопересеченной местности до 3 мин	1	0	1	10.10.2022	Практическая работа;

12.	Модуль "Легкоатлетический кросс." Совершенствование навыка бега по слабопересечённой местности.	1	0	1	12.10.2022	Практическая работа;
13.	Модуль "Легкоатлетический кросс." Медленный бег в чередовании с ходьбой до 1000м.	1	0	1	17.10.2022	Практическая работа;
14.	Бег 30 м.	1	0	1	19.10.2022	Тестирование;
15.	Прыжки в длину с места. Челночный бег 3X10 м.	1	0	1	24.10.2022	Тестирование;
16.	Подтягивание в висе и висе лежа	1	0	1	26.10.2022	Тестирование;
17.	Поднимание туловища из положение лежа на спине. Наклон вперед стоя на гимнастической скамейке	1	0	1	31.10.2022	Тестирование;
18.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	02.11.2022	Работа на уроке;
19.	Режим дня школьника	1	0	0	14.11.2022	Работа на уроке;

20.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры. Обучение основной стойке	1	0	1	16.11.2022	Практическая работа;
21.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Построение в шеренгу и колонну по одному	1	0	1	21.11.2022	Практическая работа;
22.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1	0	1	23.11.2022	Практическая работа;

23.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	1	28.11.2022	Практическая работа;
24.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Команды «Шагом марш!», «Класс стой!»	1	0	1	30.11.2022	Практическая работа;
25.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Обучение поворотам направо, налево	1	0	1	05.12.2022	Практическая работа;
26.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижная игра «К своим флажкам»	1	0	1	07.12.2022	Практическая работа;
27.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Закрепление навыков бега в игре: «К своим флажкам».	1	0	1	12.12.2022	Практическая работа;

28.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Развитие скоростно-силовых способностей в игре «Зайцы в огороде»	1	0	1	14.12.2022	Практическая работа;
29.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Закрепление навыков метания в игре «Кто дальше бросит»	1	0	1	19.12.2022	Практическая работа;
30.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Развитие скоростно-силовых способностей в игре «Кто дальше бросит»	1	0	1	21.12.2022	Практическая работа;
31.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижная игра «У кого меньше мячей»	1	0	1	26.12.2022	Практическая работа;

32.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	28.12.2022	Работа на уроке;
33.	Что понимается под физической культурой	1	0	0	09.01.2023	Работа на уроке;
34.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Обучение группировке присев, сидя и лежа	1	0	1	11.01.2023	Практическая работа;
35.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Обучение перекатам в группировке назад и вперед	1	0	1	16.01.2023	Практическая работа;
36.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазание по гимнастической стенке	1	0	1	18.01.2023	Практическая работа;

37.	ТБ на уроках подвижных игр. Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Освоение кувырка вперед	1	0	0.75	23.01.2023	Практическая работа;
38.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Освоение кувырка вперед	1	0	1	25.01.2023	Практическая работа;
39.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Закрепление навыка кувырка вперед	1	0	1	30.01.2023	Практическая работа;
40.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Владение навыками ловли мяча	1	0	1	01.02.2023	Практическая работа;
41.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Владение навыками ловли мяча	1	0	1	13.02.2023	Практическая работа;
42.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Владение навыками передач мяча	1	0	1	15.02.2023	Практическая работа;

43.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Владение элементарными умениями в ведении мяча	1	0	1	20.02.2023	Практическая работа;
44.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Владение умениями в ведении мяча стоя на месте	1	0	1	22.02.2023	Практическая работа;
45.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Владение навыками ведение мяча с продвижением вперед	1	0	1	27.02.2023	Практическая работа;

46.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Овладение навыками ловли мяча	1	0	1	01.03.2023	Практическая работа;
47.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Овладение навыками передач мяча	1	0	1	06.03.2023	Практическая работа;
48.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Овладение элементарными умениями в бросках мяча	1	0	1	08.03.2023	Практическая работа;
49.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Закрепление навыка броска в игре «У кого меньше мячей»	1	0	1	13.03.2023	Практическая работа;
50.	Осанка человека	1	0	1	15.03.2023	Работа на уроке;
51.	Режим дня школьника	1	0	0	27.03.2023	Работа на уроке;
52.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Овладение умениями в ловле и передаче мяча в парах	1	0	1	29.03.2023	Практическая работа;
53.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Закрепление навыка ловли мяча в игре «Мяч водящему».	1	0	1	03.04.2023	Практическая работа;

54.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжки на одной и на двух ногах на месте	1	0	1	05.04.2023	Практическая работа;
55.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	11.04.2023	Практическая работа;

56.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	12.04.2023	Практическая работа;
57.	Модуль "Лёгкая атлетика". Игры с прыжками с использованием скакалки	1	0	1	17.04.2023	Практическая работа;
58.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с прямого разбега	1	0	1	19.04.2023	Практическая работа;
59.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с прямого разбега	1	0	1	24.04.2023	Практическая работа;
60.	Модуль "Легкоатлетический кросс." Совершенствование навыка бега по слабопересечённой местности.	1	0	1	26.04.2023	Практическая работа;
61.	Модуль "Легкоатлетический кросс." Медленный бег в чередовании с ходьбой до 1000м.	1	0	1	01.05.2023	Практическая работа;
62.	Бег 30 м.	1	0	1	03.05.2023	Тестирование;
63.	Прыжки в длину с места. Челночный бег 3X10 м.	1	0	1	08.05.2023	Тестирование;
64.	Подтягивание в висе и висе лежа.	1	0	1	10.05.2023	Тестирование;
65.	Поднимание туловища из положение лежа на спине. Наклон вперед стоя на гимнастической скамейке	1	0	1	15.05.2023	Тестирование;
66.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	17.05.2023	Работа на уроке;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	60.75		