

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Урзуфская школа Мангушского муниципального округа»  
Донецкой Народной Республики

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО

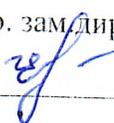
Протокол от «30»07. 2024г. № 1

Руководитель ШМО

 Т.Н. Шевченко

СОГЛАСОВАНО

И.о. зам. директора по УВР

 Е.А. Черешко

« 31 » июля 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ "Урзуфская школа  
Мангушского м.о."

 Л.В. Котлубей

Приказ от «06»августа 2024г. № 29



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по физической культуре**  
**начального общего образования**  
**для 1 класса**

Рабочую программу составил  
Будыка Виктор Георгиевич  
учитель физической культуры

2024-2025 учебный год

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

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.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

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 физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью. физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России и Донецкой Народной Республики, 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 личностнодеятельностный 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». 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 программы изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

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.

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Общее число часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе, составляет 270 ч (два часа в неделю в каждом классе):

## **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. 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

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 и Донецкой Народной Республики, 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**

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

### **1 класс**

- К концу обучения в первом классе обучающийся научится: – приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической 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;
  - играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

**Сетка часов**  
**учебно-тематического плана по физической культуре**  
**для учащихся 1-х классов на 2024-2025 уч. год**

<i>№</i>	<i>Вид программного материала 2+1</i>	<i>Часы</i>	<i>I четверть №№уроков 1-16</i>	<i>II четверть №№уроков 17-32</i>	<i>III четверть №№уроков 33-50</i>	<i>IV четверть №№ уроков 51-66</i>
<b>1</b>	<b>Знания о физической культуре. Способы самостоятельной деятельности Оздоровительная ФК</b>	<b>(3+4) 7</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	<b>8</b>		<b>8</b>		
<b>3</b>	<b>Лёгкая атлетика</b>	<b>13</b>	<b>6</b>			<b>7</b>
<b>4</b>	<b>Подвижные и спортивные игры</b>	<b>38</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>8</b>
	<b>Урочная деятельность</b>	<b>66</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>16</b>

### 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				
<p><b>Урочная деятельность .</b></p> <p><b>Модуль 1. Знания о физической культуре</b></p>								
1.1.	Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.	1	0	0		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.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="http://www.fizkulturavshkole.ru/">http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>
1.2	Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.	1				Проводят наблюдение за передвижениями животных и выделяют общие признаки с передвижениями человека. Проводят сравнение между современными физическими упражнениями и трудовыми действиями древних охотников, устанавливают возможную связь	Устный опрос.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="http://www.fizkulturavshkole.ru/">http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>

						между ними.		
Итого		2						
<b>Модуль 2. Способы самостоятельной деятельности 2 ч</b>								
2.1	Режим дня, правила его составления и соблюдения.	1	0	0		Обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера.	Устный опрос.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>
2.2	Правила составления режима дня.	1	0	0		Знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления, уточняют индивидуальные мероприятия и заполняют таблицу (по образцу, с помощью родителей).	Устный опрос.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>
Итого		2						
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ 62 ч</b>								
<b>3.1 Модуль «Оздоровительная физическая культура» 3ч.</b>								
3.1.1	Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур.	1	0	0		Знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека.	Устный опрос.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>
3.1.2	Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.	1	0	0		Знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки; -знакомятся с возможными причинами нарушения осанки и способами её профилактики;	Устный опрос.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>

						<p>-определяют целесообразность использования физических упражнений для профилактики нарушения осанки;</p> <p>-разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки (упражнения для формирования навыка прямостояния и упражнения для развития силы отдельных мышечных групп).</p>		
3.1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника.	1	0	0		<p>Обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;</p> <p>-устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня;</p> <p>-разучивают комплексы физкультминуток в положении сидя и стоя на месте (упражнения на усиление активности дыхания, кровообращения и внимания; профилактики утомления мышц пальцев рук и спины);</p> <p>-обсуждают рассказ учителя о пользе утренней зарядки,</p>	Устный опрос.	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a></p> <p><a href="http://www.fizkulturavshkole.ru/">http://www.fizkulturavshkole.ru/</a></p>

						<p>правилах выполнения входящих в неё упражнений;  -уточняют название упражнений и последовательность их выполнения в комплексе;  -разучивают комплекс утренней зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма).</p>		
Всего по модулю		3						
<p>Спортивно-оздоровительная физическая культура  3.2 Модуль «Гимнастика с основами акробатики» 8ч</p>								
3.2 .1	<p>Правила поведения на уроках физической культуры, подбор одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.</p>	1				<p>Знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;  -знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе.</p> <p>Знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения</p>	<p>Устный опрос, практическая работа</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a></p>

	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.					упражнения; -наблюдают образец техники учителя, уточняют требования к выполнению отдельных исходных положений; -разучивают основные исходные положения для выполнения гимнастических упражнений, их названия и требования к выполнению (стойки; упоры; седы, положения лёжа).		
3.2 .2	Упражнения с гимнастическим мячом.	1				Наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов (подбрасывание одной рукой и двумя руками; перекладывание с одной руки на другую; прокатывание под ногами; поднимание ногами из положения лёжа на полу).	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.2 .3	Упражнения с гимнастическим мячом.	1				Разучивают способы построения стоя на месте (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два). Разучивают упражнения с гимнастическим мячом (подбрасывание одной рукой и двумя руками; перекладывание с одной руки на другую;	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

						прокатывание под ногами; поднимание ногами из положения лёжа на полу).		
3.2 .4	Гимнастические упражнения: стилизованнные способы передвижения ходьбой и бегом.  Стилизованные гимнастические прыжки.	1				Наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов, разучивают передвижение ходьбой в колонне по одному с равномерной скоростью, разучивают стилизованные передвижения (гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом);  разучивают упражнения в гимнастических прыжках (прыжки в высоту с разведением рук и ног в сторону; с приземлением в полуприседе; с поворотом в правую и левую сторону).	Практическ ая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.2 .5	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1				Разучивают упражнения со скакалкой (перешагивание и перепрыгивание через скакалку, лежащую на полу; поочерёдное и последовательное вращение сложенной вдвое скакалкой одной рукой с правого и левого бока, двумя руками с правого и	Практическ ая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

						левого бока, перед собой).		
3.2.6	<b>Акробатические упражнения:</b> подъём туловища из положения лёжа на спине и животе. Подъём ног из положения лёжа на животе	1				Наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки; -обучаются подъёму туловища из положения лёжа на спине и животе; обучаются подъёму ног из положения лёжа на животе.	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.2.7	Сгибание рук в положении упор лёжа.	1				Обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа.	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.2.8	Прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1				разучивают прыжки в группировке, толчком двумя ногами; -разучивают прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
Всего по модулю		8						
<b>3.3 Модуль «Лёгкая атлетика» 13 (6+7)</b>								
3.4.1	Правила поведения на уроках лёгкой атлетики. Равномерная ходьба.	1				Знакомятся с правилами поведения на уроках лёгкой атлетики.  Обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера (передвижение учителя); -обучаются равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения с использованием метронома; -обучаются равномерной	Практическая работа. Устный опрос.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

						ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения (по команде).		
3.4.2	Равномерный бег	2				-обучаются равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера (передвижение учителя); -обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера и по команде.	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.4.3	Прыжок в длину с места	1				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	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.4.4	Прыжок в длину с места.	1				Разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону).	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.4.5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	2				Разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону); -обучаются приземлению после спрыгивания с горки матов.	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

3.4.5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	2				-выполняют приземление после спрыгивания с горки матов. Обучаются прыжку в длину с места в полной координации.	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>	
3.4.8	Прыжки в высоту с прямого разбега	2				Наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>	
3.4.9	Прыжки в высоту с прямого разбега	2				Разучивают фазу приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки).	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>	
3.4.10									
Всего по модулю		13							
3.5 Модуль «Подвижные и спортивные игры» 38ч.									
3.5.1	Правила поведения на уроках подвижных игр. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр. Игры для развития ловкости и координации: «Бездомный заяц», «Быстро возьми».	3				Знакомятся с правилами поведения на уроках подвижных игр.  -Разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих. Играют в игры: «Бездомный заяц», «Быстро возьми».	Устный опрос. Практическая работа.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="http://www.fizkulturavshkole.ru/">http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>	

3.5.2	Игровые действия и правила подвижных игр. Игры: «Быстро возьми, быстро положи» «Перемени предмет»	2				Разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок. Играют в игры: «Быстро возьми, быстро положи» «Перемени предмет».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a> <a href="http://www.fizkulturavshkole.ru/">http://www.fizkulturavshkole.ru/</a>
3.5.3	Игровые действия и правила подвижных игр: «Меточка» «Лес, болото, озеро».	2				Изучают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам . Играют в игры: «Меточка», «Лес, болото, озеро».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.4	Игровые действия и правила подвижных игр. Игры на развитие скорости: «Догони свою пару», «Отдай ленту».	2				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Догони свою пару» «Отдай ленту».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.5	Игровые действия и правила подвижных игр: «Пустое место», «Скворечник».	2				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Пустое место», «Скворечник».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.6	Игровые действия и правила подвижных игр: «Совушка», «Гуси - лебеди».	2				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Совушка», «Гуси - лебеди».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.7	Игровые действия и правила подвижных игр: «Найди себе пару», «Свободное место».	2				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Найди себе пару», «Свободное место».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.8	Игровые действия и правила подвижных игр: «Сумей догнать», «Бег за флажками».	2				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Сумей догнать», «Бег за флажками».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.9	Игровые действия и правила подвижных игр мячом:	3				Изучают игровые действия и правила подвижных игр:	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

	Пингвины с мячом», «Успей поймать», «Ловишки с мячом».					«Пингвины с мячом», «Успей поймать», «Ловишки с мячом».		
3.5.10	Игровые действия и правила подвижных игр. Игры с мячом: «Мяч через обруч», «Подбрось, поймай», «Мяч сбоку».	3				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Мяч через обруч», «Подбрось, поймай», «Мяч сбоку».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.11	Игровые действия и правила подвижных игр: «Мяч в корзину», «Мяч в тоннели» «Кого назвали – тот ловит».	3				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Мяч в корзину», «Мяч в тоннели» «Кого назвали – тот ловит».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.12	Игровые действия и правила подвижных игр: «Мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Охотники и зайцы».	2				Изучают игровые действия и правила, подвижных игр: «Мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Охотники и зайцы».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.13	Подвижные игры с мячом: «Догони мяч», «Погрузка арбузов», «Переброска мячей».	1				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Догони мяч», «Погрузка арбузов», «Переброска мячей».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.14	Подвижные игры с мячом. Эстафеты с мячом.	1				Изучают правила проведения эстафет.	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.15	Игровые действия и правила подвижных игр. Игры для развития скорости и скоростно-силовых качеств. «Иголлка, нитка, узел», Мышеловка».	3				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Иголлка, нитка, узел», Мышеловка».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.16	Игровые действия и правила подвижных игр: «Орешек», «Светофор».	1				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Орешек», «Светофор».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

3.5.17	Игровые действия и правила подвижных игр: «Ловкий воробей», «Поймай комара».	1				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Ловкий воробей», «Поймай комара».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.18	Игровые действия и правила подвижных игр: «Волк во рву», «Зайцы в огороде».	1				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Волк во рву», «Зайцы в огороде».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.19	Игровые действия и правила подвижных игр: «Пингвины с мячом», «С кочки на кочку».	1				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Пингвины с мячом», «С кочки на кочку».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
3.5.20	Игровые действия и правила подвижных игр: «Спрыгни, повернись», «Кузнечики».	1				Изучают игровые действия и правила подвижных игр: «Спрыгни, повернись», «Кузнечики».	Практическая работа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
Всего по модулю		38						
Итого :		66						

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Дата		Тема урока	Количество часов
	план	факт		
<b>Модуль 1. Знания о физической культуре. Способы самостоятельной деятельности ( 2ч .)</b>				
1			Вводный инструктаж по правилам безопасного поведения на уроках физической культуры. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Построение в одну колонну, шеренгу стоя на месте. Подвижные игры.	1
2			Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей. Построение в одну , две колонны, шеренги стоя на месте. Повороты направо, налево. Подвижные игры.	1
<b>Модуль 2. Лёгкая атлетика (6 ч.)</b>				
3			Правила поведения на уроках лёгкой атлетики. Равномерная ходьба: ходьбе в колонне по одному с использованием лидера, с изменением скорости передвижения (использование метронома). Игры с элементами ходьбы и бега: «Сороконожки», «Маяк», «Успей проскочить».	1
4			Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера (передвижение учителя); - равномерный бег в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера и по команде.	1

			Подвижные игры: «Иголка, нитка, узел», «Поезд».	
5			Прыжок в длину с места. Правила выполнения прыжка в длину с места (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления). Подвижные игры с элементами прыжков: «Лягушки и цапля», «Поймай комара».	1
6			Прыжок в длину с места. Одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону). Подвижные игры с элементами прыжков: «Воробьи и кошка», «Зайцы в огороде».	1
7			Прыжки в высоту с прямого разбега, основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление).  Подвижные игры «Достань грушку», «Перехвати мяч»	1
8			Прыжки в высоту с прямого разбега, фаза приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки). Игры с элементами прыжков: «Удочка», «Поймай комара».	1
<b>Модуль 3. Подвижные игры для развития ловкости и координации.</b>				
<b>(8 ч.)</b>				
9			Правила поведения на уроках подвижных игр. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр. Игры: «Бездомный заяц», «Быстро возьми».	1

10			Игровые действия и правила подвижных игр. Игры: «Быстро возьми, быстро положи», «Перемени предмет» .	1
11			Игровые действия и правила подвижных игр: «Меточка», «Лес, болото, озеро».	1
12			Игровые действия и правила подвижных игр: «Догони свою пару», «Отдай ленту».	1
13			Игровые действия и правила подвижных игр: «Пустое место», «Скворечник».	1
14			Игровые действия и правила подвижных игр: «Совушка», «Гуси - лебеди».	1
15			Игровые действия и правила подвижных игр: «Найди себе пару», «Свободное место».	1
<b>16</b>			Игровые действия и правила подвижных игр: «Сумей догнать», «Бег за флажками».	1
<b>Модуль 4. Подвижные игры с мячом (6 ч.)</b>				
17			Повторный инструктаж по правилам безопасного поведения на уроках физической культуры. Подвижные игры с мячом: «Пингвины с мячом», «Успей поймать», «Ловишки с мячом».	1
18			Подвижные игры с мячом: «Мяч через обруч», «Подбрось, поймай», «Мяч сбоку».	1
19			Подвижные игры с мячом: «Мяч в корзину», «Мяч в тоннели», «Кого назвали – тот ловит».	1
20			Подвижные игры с мячом: «Мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», Охотники и зайцы».	1
21			Подвижные игры с мячом: «Догони мяч», «Погрузка арбузов», «Переброска мячей».	1
22			Эстафеты с мячом.	1
<b>Модуль 5. Гимнастика (8 часа)</b>				
23			Правила поведения на уроках физической культуры, подбора	1

			<p>одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.</p> <p>Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.</p> <p>Подвижные игры: «Делай, как я», «Елочка-березки».</p>	
24			<p>Строевые упражнения.</p> <p>Перестроение из шеренги по одному в шеренгу по два.</p> <p>Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание одной рукой и двумя руками; перекладывание с одной руки на другую.</p> <p>Подвижные игры: «Запрещенные движения», «Рыбки - крабики».</p>	1
25			<p>Упражнения с гимнастическим мячом: прокатывание под ногами; поднимание ногами из положения лёжа на полу.</p> <p>Подвижные игры: «Затейники», «Переползи - не урони».</p>	1
26			<p>Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом: гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом.</p> <p>Стилизованные гимнастические прыжки: прыжки в высоту с разведением рук и ног в сторону; с приземлением в полуприседе; с поворотом в правую и левую сторону.</p> <p>Подвижные игры: «Нос, нос, нос, лоб», «Ловля обезьян».</p>	1
27			<p>Упражнения гимнастической скакалкой: перешагивание и перепрыгивание через скакалку, лежащую на полу; поочерёдное и последовательное вращение сложенной вдвое скакалкой одной рукой с правого и левого бока, двумя руками с правого и</p>	1

			<p>левого бока, перед собой, перешагивание и перепрыгивание через скакалку, лежащую на полу; поочерёдное и последовательное вращение сложенной вдвое скакалкой одной рукой с правого и левого бока, двумя руками с правого и левого бока, перед собой.</p> <p>Подвижные игры: «Елочки-березки», «Товарищ командир».</p>	
28			<p>Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе. Подъём ног из положения лёжа на животе.</p> <p>Подвижные игры: «Удочка», «Музыкальная затейка».</p>	1
29			<p>Сгибание рук в положении упор лёжа.</p> <p>Эстафеты с элементами гимнастических упражнений.</p>	1
30			<p>Прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.</p> <p>Эстафеты с элементами гимнастики.</p>	1
<b>Модуль 6. Способы самостоятельной деятельности (2 ч.)</b>				
31			<p>Режим дня, правила его составления и соблюдения.</p> <p>Построение в одну две колонны, шеренги стоя на месте.</p> <p>Подвижные игры: «Путешествие на корабле», «Класс, смирно!».</p>	1
32			<p>Правила составления режима дня.</p> <p>Повороты на месте.</p> <p>Подвижные игры: «По тропинке», «Товарищ командир».</p>	1
<b>Модуль 7. Оздоровительная физическая культура (2 ч.)</b>				
33			<p>Повторный инструктаж по правилам безопасного поведения на уроках физической культуры.</p> <p>Гигиена человека и требования к</p>	1

			проведению гигиенических процедур.	
34			Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. Подвижные игры: «Канатоходцы», «Переправа», «Пронеси не урони»	1
<b>Модуль 8. Лыжная подготовка (2 часа)</b>				
35			Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Переноска лыж к месту занятия Основная стойка лыжника. Строевые команды: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу; - способы передвижения в колонне по два с лыжами в руках Подвижные игры с выполнением строевых команд.	1
36			Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок) Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок) (ознакомление с техникой). Подвижные игры.	1
<b>Модуль 9. Самостраховка на основе вида спорта дзюдо. (8 часов)</b>				
37			Правила безопасного поведения в местах занятий. Значение физической культуры для развития двигательных способностей и укрепления здоровья учащихся. Основные приемы самостраховки. Игры: «Автомобили», «Водяной».	1
38			Упражнения по сигналу. Упражнения для развития реакции, координации, ловкости, силы. Игры: «Горелки», «Карлики и великаны», «Музыкальные змейки».	1

39			Упражнения по сигналу. обучаются сгибанию и разгибанию рук в упоре лежа, технике различных приседаний; - подъему туловища из положения лежа: на животе, спине, прыжкам через скакалку Игры: «Нитка-иголка», «Повтори за мной».	1
40			Перекаты в сторону через спину, перекаты вперед и назад в группировке с обхватом голеней. Игры: «Поезд», «Эхо».	1
41			Отбивы из конечного положения лежа при падении на спину, на бок. Игры: «Часовые и разведчики», «Охотники и утки».	1
42			Самостраховка на основе вида спорта дзюдо: в группировке из положения лежа, сидя, упор присев, перекат на спину с хлопком ладонями по ковру (гимнастическому мату). Игры: «Эстафета с лазаньем и перелезанием»	1
43			Самостраховка на основе вида спорта дзюдо: в группировке из положения лежа, сидя, упор присев, перекат наспину с хлопком ладонями по ковру (гимнастическому мату). Игры: «Эстафета с элементами равновесия».	1
44			Самостраховка на основе вида спорта дзюдо: в группировке из положения лежа, сидя, упор присев, перекат на спину с хлопком ладонями по ковру (гимнастическому мату). Игры: «Эстафета на полосе препятствий».	1
<b>Модуль 10. Подвижные игры для развития скоростных и скоростно- силовых качеств (6 ч.)</b>				
45			Игровые действия и правила подвижных игр. Игры для развития скорости и скоростно-силовых качеств:	1

			«Иголка, нитка, узел», Мышеловка».	
46			Игровые действия и правила подвижных игр: «Орешек», «Светофор».	1
47			Игровые действия и правила подвижных игр: «Ловкий воробей», «Поймай комара».	1
48			Игровые действия и правила подвижных игр: «Волк во рву», «Зайцы в огороде».	1
49			Игровые действия и правила подвижных игр: «С кочки на кочку». «Прыжки по полоскам»	1
<b>50</b>			Игровые действия и правила подвижных игр: «Спрыгни, повернись», «Кузнечики».	1
<b>Модуль 11. Подвижные игры с элементами метания. (8 ч.)</b>				
51			Игровые действия и правила подвижных игр. Игры с элементами метания: «Кто дальше» «Кто самый меткий».	1
52			Игровые действия и правила подвижных игр: «По мишеням», «Сбей грушу».	1
53			Игровые действия и правила подвижных игр: «Ловишки с мячом», «Метай далеко собирай быстро».	1
54			Игровые действия и правила подвижных игр: «Слушай сигнал», «По мишеням», «Целься без промаха».	1
55			Игровые действия и правила подвижных игр: «Вертикальная цель», «Мяч в обруч», «Мяч через обруч».	1
56			Игровые действия и правила подвижных игр: «Вертикальная цель», «Мяч в обруч», «Мяч через обруч».	1
57			Самостоятельная организация и проведение подвижных игр (по учебным группам).	1

58			Самостоятельная организация т и проведение подвижных игр (по учебным группам).	1
<b>Модуль 12. Оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика (1+7)ч.</b>				
59			Правила безопасного поведения на уроках лёгкой атлетики. Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника. Равномерная ходьба: ходьбе в колонне по одному с использованием лидера, с изменением скорости передвижения . Равномерный бег в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой (по команде). Подвижные игры с бегом.	1
60			Равномерный бег в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой (по команде). Подвижные игры с элементами бега. «Мыши водят хоровод», «Кружева».	1
61			Прыжки в высоту с прямого разбега, прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением. Игры: «Верёвочка под ногами».	1
62			Прыжки в высоту с прямого разбега. Бег по разметкам с ускорением; бег с ускорением и последующим отталкиванием. Игры: «Салка с прыжками».	1
63			Прыжки в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту с места, толчком двумя ногами в полной координации. Игры: «Воробьи и кошка».	1
64			Прыжок в длину с места. Приземление после спрыгивания с горки матов. Игры с элементами прыжков: «Не наступи», «Спрыгни, повернись».	1

65			Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. приземление после спрыгивания с горки матов. прыжку в длину с места в полной координации. Игра: «Кто дальше прыгнет?» «Прыжок за прыжком».	1
66			Прыжок в длину с места в полной координации. Эстафеты с прыжками.	1
<b>Итого:</b>				<b>66 часов</b>

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

### СПИСОК РЕКОМЕНДОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

#### Для учителя

1. Алексеев С.В., Гостев Р.Г., Курамшин Ю.Ф. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности. – М.: Астрель; Тверь: АСТ, 2013. – 780 с.
2. Артемьев В.П., Шутов В.В. Теория и методика физического воспитания. Двигательные качества: учебное пособие для студентов педвузов. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2004. – 284 с.
3. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: Пособие для учителя. – М.: Академия, 2001. – 102 с.
4. Барчуков И.С.: Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. – М.: Академия, 2009. – 204 с.
5. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: учеб. пособие для педвузов. – М.: Советский спорт, 2013. – 431 с.
6. Барчукова Г.В., Мизин А.Н. Физическая культура: настольный теннис: учебное пособие для студентов педвузов. – М.: Советский спорт, 2015. – 312 с.
7. Бишаева, А.А. Физическая культура: учебник для учреждений нач. и сред. проф. образования. М.: ИЦ Академия, 2012. 304 с.
8. Виленский. М.Я., Горшков А.Г. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учебное пособие. – М.: КноРус, 2013. – 240 с.
9. Дианов Д.В., Радугина Е.А., Степанян Е.Д. Физическая культура. Педагогические основы ценностного отношения к здоровью. – М.: КноРус, 2012. – 184 с.
10. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 444 с.
11. Елизарова, Е.М. Физическая культура 2-4 классы. Уроки двигательной активности. – М.: Советский спорт, 2013. – 95 с.
12. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и массаж: учебник для медицинских училищ и колледжей. – М.: ГЭОТАР-Медиа, 2013. – 528 с.
13. Золотухина, Э.Н., Судакова Н.В., Золотарев Б. И. Физическая культура. 1 класс: рабочие программы по системе учебников "Школа России". – М.: Советский спорт, 2012. – 43 с.
14. Каинов, А.Н. Физическая культура 1-11классы: комплексная программа физического воспитания обучающихся. – М.: Советский спорт, 2013. – 171 с.

15. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 252 с.
16. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник. – М.: Физическая культура, 2005. – 544 с.
17. Маргазин В.А. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях желудочно-кишечного тракта и нарушениях обмена. – СПб.: СпецЛит, 2016. – 112 с.
18. Маргазин В.А. Лечебная физическая культура (ЛФК) при заболеваниях сердечно-сосудистой и дыхательной систем. – СПб.: СпецЛит, 2015. – 234 с.
19. Мартынова Е.А. Физическая культура. Планирование работы по освоению образовательной области детьми 2-7 лет по программе "Детство". – М.: Советский спорт, 2013. – 302 с.
20. Матвеев Л.П. Теория и методика физ. культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. – М.: Лань, 2004. – 160 с.
21. Мельников П.П. Физическая культура и здоровый образ жизни студента (для бакалавров). – М.: КноРус, 2013. – 240 с.
22. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. Физическая культура: учебник для вузов. – М.: Юрайт, 2013. – 424 с.
23. Муллер А.Б., Дядичкина Н.С., Богащенко Ю.А. Физическая культура: учебник и практикум для СПО. – Люберцы: Юрайт, 2016. – 424 с.
24. Патрикеев А.Ю. Физическая культура. 3 класс: рабочая программа. – М.: Советский спорт, 2013. – 52 с.
25. Петрова В.И., Петров А.Ю., Сорокин А.Н. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента (для бакалавров). – М.: КноРус, 2013. – 304 с.
26. Попов С.Н., Валеев С.Н., Гарасева Н.М., Лечебная физическая культура: учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 416 с.
27. Попов С.Н., Валеев С.Н., Попов Н.М. Лечебная физическая культура: учебник. – М.: Советский спорт, 2014. – 216 с.
28. Решетников Н.В., Кислицын Ю.Л., студентов учреждений сред. проф. образования. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 176 с.
29. Секерин В.Д. Физическая культура (для бакалавров). – М.: КноРус, 2013. – 424 с.
30. Селуянов В.Н., Шестаков М.П., Космина И.П. Основы научно-методической деятельности в физической культуре: учебное пособие для студентов вузов физической культуры. – М.: Спорт Академ-Пресс, 2001. – 304 с.
31. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов институтов физической культуры под ред. Л.П. Матвеева. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – Т.1. – 304 с.
32. Теория и методика физического воспитания: учебник для студентов институтов физической культуры под ред. Л.П. Матвеева. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – Т.2. – 256 с.
33. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов институтов физической культуры / под ред. В.Я. Кикотя. – М.: ЮНИТИ, 2013. – 431 с.
34. Физическая культура и физическая подготовка: учебник для студентов институтов физической культуры / под ред. В.Я. Кикотя. – М.: ЮНИТИ, 2016. – 440 с.
35. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Академия, 2007. – 317 с.

#### **Для обучающихся**

1. Барчуков И.С. Физическая культура и физическая подготовка: учебник. – М.: Советский спорт, 2013. – 431 с.
2. Барчукова Г.В., Мизин А.Н. Физическая культура: настольный теннис: учебное пособие – М.: Советский спорт, 2015. – 312 с.

3. Евсеев Ю.И. Физическая культура: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 444 с.
4. Елизарова Е.М. Физическая культура 2-4 классы. Уроки двигательной активности. – М.: Советский спорт, 2013. – 95 с..
5. Кобяков Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: учебное пособие. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 252 с.
6. Физическая культура и физическая подготовка: ученик под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. – М.: ЮНИТИ, 2013. – 431 с.
7. Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Брехов Л.В. Физическая культура 1-2 класс. – М.: Просвещение, 2013. – 130 с.
8. Лях В.И. Физическая культура 1-4 класс. – М.: Просвещение, 2013. – 134 с.
9. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е., Физическая культура, 1-4 класс, Часть 1. – М.: Просвещение, 2015. – 140 с.
10. Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е. Физическая культура, 1-4 класс, Часть 2, М.:Просвещение, 2015. 140 с.
11. Галимов Г.Я., Гаськов А.В., Копылов Ю.А., Кудрявцев М.Д., Физическая культура, 1-4-е классы. – М.: Просвещение, 2015. – 150 с.
12. Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».
13. Фёдорова Н.А., Физическая культура, Подвижные игры, 1-4 классы. – М.: Просвещение, 2016. – 170 с.
14. Лисицкая Т.С., Новикова Л.А. Программа курса физическая культура, 1-4 класс. – М.: Просвещение, 2016. – 142 с.
15. Шишкина А.В., Алимпиева О.П., Бисеров В.В. Физическая культура, 3-4 класс. – М.: Просвещение, 2013. – 156 с.

:

Прошито, пронумеровано и скреплено печатью

33 ( тридцать три ) лист  
цифрами прописью

Должность Директор

Подпись  / Л.В. Котлубей

«  » 20 г. М.П.