**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Тульской области

Администрация муниципального образования Кимовский район

МКОУ Хитровщинская СОШ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | РАССМОТРЕНО на заседании ШМО  учителей-предметников  руководитель ШМО   Жукова Наталия Васильевна  Протокол№6  от "15" июня  2022 г. | СОГЛАСОВАНО заместитель директора по УВР Черашева Ольга Владимировна  Приказ№49/1  от "15" июня 2022 г. |

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Физическая культура»

для 3 класса начального общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Масягина Татьяна Александровна

учитель начальных классов

Село Хитровщина 2022

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

В 3 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

***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 противоходом; 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.

Лыжная подготовка. Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Подвижные и спортивные игры. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. 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.

*Прикладно-ориентированная физическая культура*. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. 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 **третьего года обучения** учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

* понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
* объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
* понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
* обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
* вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам);

*коммуникативные УУД:*

* организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
* правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
* активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
* делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой;

*регулятивные УУД:*

* контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
* оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

**Предметные результаты**

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;
* передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
* 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.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | Дата |
| Раздел 1. Знания о физической культуре | | 2 |  |
| 1 | Физическая культура у древних народов | 2 |  |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | 3 |  |
| 1 | Виды физических упражнений | 1 |  |
| 2 | Измерение пульса на уроках физической культуры | 1 |  |
| 3 | Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой | 1 |  |
|  | ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ |  |  |
| Раздел 3 Оздоровительная физическая культура | | 2 |  |
| 1 | Закаливание организма |  |  |
| 2 | Дыхательная гимнастика. Зрительная гимнастика |  |  |
| Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | 50 |  |
| 1 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Строевые команды и упражнения | 3 |  |
| 2 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Лазанье по канату | 2 |  |
| 3 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Передвижения по гимнастической скамейке | 3 |  |
| 4 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Передвижения по гимнастической стенк*е* | 2 |  |
| 5 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Прыжки через скакалку | 5 |  |
| 6 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Ритмическая гимнастика» | 4 |  |
| 7 | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* Танцевальные упражнения | 4 |  |
| 8 | *Модуль "Лёгкая атлетика".* Прыжок в длину с разбега | 4 |  |
| 9 | *Модуль "Лёгкая атлетика".* Броски набивного мяча | 4 |  |
| 10 | *Модуль "Лёгкая атлетика".* Беговые упражнения повышенной координационной сложности | 4 |  |
| 11 | *Модуль "Лыжная подготовка".* Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом | 3 |  |
| 12 | Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания | 2 |  |
| 13 | Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания | 1 |  |
| 14 | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".* Подвижные игры с элементами спортивных игр | 5 |  |
| 15 | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".* Спортивные игры | 4 |  |
| Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура | | 11 |  |
|  | Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО |  |  |
|  | ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 68 |  |
|  |  |  |  |

Календарно-тематическое планирование

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | Дата |
| 1 | Физическая культура у древних народов. Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. | 1 |  |
| 2 | Физическая культура у древних народов. История появления современного спорта. | 1 |  |
| 3 | Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. | 1 |  |
| 4 | Измерение пульса на уроках физической культуры. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). | 1 |  |
| 5 | Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. | 1 |  |
| 6 | Закаливание организма. Закаливание организма при помощи обливания под душем. | 1 |  |
| 7 | Дыхательная гимнастика. Зрительная гимнастика. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки. | 1 |  |
| 8 | Строевые команды и упражнения. Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении противоходом | 1 |  |
| 9 | Строевые команды и упражнения. Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. | 1 |  |
| 10 | Строевые команды и упражнения. Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. | 1 |  |
| 11 | Лазанье по канату. Упражнения в лазании по канату в три приёма. | 1 |  |
| 12 | Лазанье по канату. Упражнения в лазании по канату в три приёма. | 1 |  |
| 13 | Передвижения по гимнастической скамейке. 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. | 1 |  |
| 14 | Передвижения по гимнастической скамейке. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком. | 1 |  |
| 15 | Передвижения по гимнастической скамейке. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: приставным шагом правым и левым боком. | 1 |  |
| 16 | Передвижения по гимнастической стенк*е.*  Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди | 1 |  |
| 17 | Передвижения по гимнастической стенк*е*. Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: лазанье разноимённым способом. | 1 |  |
| 18 | Прыжки через скакалку. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах | 1 |  |
| 19 | Прыжки через скакалку. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге | 1 |  |
| 20 | Прыжки через скакалку. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге | 1 |  |
| 21 | Прыжки через скакалку. Прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. | 1 |  |
| 22 | Прыжки через скакалку. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. | 1 |  |
| 23 | Ритмическая гимнастика. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук | 1 |  |
| 24 | Ритмическая гимнастика. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. | 1 |  |
| 25 | Ритмическая гимнастика. Упражнения в танцах галоп и полька. | 1 |  |
| 26 | Ритмическая гимнастика. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. | 1 |  |
| 27 | Танцевальные упражнения. Упражнения в танцах галоп и полька. | 1 |  |
| 28 | Танцевальные упражнения. Упражнения в танцах галоп и полька. | 1 |  |
| 29 | Танцевальные упражнения. Упражнения в танцах галоп и полька. | 1 |  |
| 30 | Танцевальные упражнения Упражнения в танцах галоп и полька. | 1 |  |
| 31 | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. | 1 |  |
| 32 | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. | 1 |  |
| 33 | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. | 1 |  |
| 34 | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. | 1 |  |
| 35 | Броски набивного мяча. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя | 1 |  |
| 36 | Броски набивного мяча. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя | 1 |  |
| 37 | Броски набивного мяча. Броски набивного мяча из-за головы в положении стоя на месте. | 1 |  |
| 38 | Броски набивного мяча. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. | 1 |  |
| 39 | Беговые упражнения повышенной координационной сложности Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег; бег с преодолением препятствий | 1 |  |
| 40 | Беговые упражнения повышенной координационной сложности. Бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением | 1 |  |
| 41 | Беговые упражнения повышенной координационной сложности. Бег с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м. | 1 |  |
| 42 | Беговые упражнения повышенной координационной сложности. Бег с максимальной скоростью на дистанции 30 м. | 1 |  |
| 43 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом | 1 |  |
| 44 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом | 1 |  |
| 45 | Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом | 1 |  |
| 46 | Повороты на лыжах способом переступания стоя на месте и в движении. | 1 |  |
| 47 | Повороты на лыжах способом переступания стоя на месте и в движении. | 1 |  |
| 48 | Повороты на лыжах способом переступания. Торможение плугом. | 1 |  |
| 49 | Подвижные игры с элементами спортивных игр. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. | 1 |  |
| 50 | Подвижные игры с элементами спортивных игр. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. | 1 |  |
| 51 | Подвижные игры с элементами спортивных игр. Подвижные игры с приемами лыжной подготовки | 1 |  |
| 52 | Подвижные игры с элементами спортивных игр Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. | 1 |  |
| 53 | Подвижные игры с элементами спортивных игр. Подвижные игры на точность движений с приёмами лыжной подготовки. | 1 |  |
| 54 | Спортивные игры. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | 1 |  |
| 55 | Спортивные игры. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | 1 |  |
| 56 | Спортивные игры. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу. | 1 |  |
| 57 | Спортивные игры. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу. | 1 |  |
| 58 | Народные игры (по выбору учителя) | 1 |  |
| 59 | Народные игры (по выбору учителя) | 1 |  |
| 60 | Народные игры (по выбору учителя) | 1 |  |
| 61 | Народные игры (по выбору учителя) | 1 |  |
| 62 | Народные игры (по выбору учителя) | 1 |  |
| 63 | Народные игры (по выбору учителя) | 1 |  |
| 64 | Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |
| 65 | Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |
| 66 | Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |
| 67 | Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |
| 68 | Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |

# УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

## ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕника

В.И. Лях Физическая культура, 1-4 классы, Москва, «Просвещение»,2019

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

В.И. Лях Физическая культура, 1-4 классы, Москва, «Просвещение»,2019

## ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

РЭШ

# МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

## УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Лыжи, мячи, гимнастические скамейки, гимнастические маты, скакалки

## ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

-