

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Муниципального образования г. Ачинска

МБОУ "ОШ № 10 "

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
Протокол №1 от «30». 08.
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР



Лыспак М.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного предмета «Подвижные игры»
для обучающихся 1-3 классов**

г. Ачинск 2024

Пояснительная записка

Программа «Подвижные игры» на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в воспитании здорового поколения, государственная политика с национальными целями увеличения продолжительности жизни граждан России и научная теория физической культуры, представляющая закономерности двигательной деятельности человека. Здоровье закладывается в детстве, и качественное образование в части физического воспитания, физической культуры детей дошкольного и начального возраста определяет образ жизни на многие годы.

Программа курса «Подвижные игры» для 1-3 классов разработана на основе авторской программы В. И. Ляха, Зданевич А. А. (Подвижные игры. Внеурочная деятельность. 1–3 классы / – М.: Просвещение, 2013.), соотнесённой с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Минобрнауки РФ № 373 от 6 октября 2009г); на основании Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения общеобразовательных учреждениях. СанПиН 2.4.2821-10, утверждённых постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 г. №189.

Программа «Подвижные игры» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе. Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепления здоровья младших школьников.

Подвижная игра - осмысленная деятельность, направленная на достижение конкретных двигательных задач в быстромеменяющихся условиях. Подвижная игра — одно из важных средств всестороннего воспитания детей. Характерная ее особенность — комплексность воздействия на организм и на все стороны личности ребенка: в игре одновременно осуществляется физическое, умственное, нравственное, эстетическое и трудовое воспитание.

Активная двигательная деятельность игрового характера и вызываемые ею положительные эмоции усиливают все физиологические процессы в организме, улучшают работу всех органов и систем. Возникающие в игре неожиданные ситуации приучают детей целесообразно использовать приобретенные двигательные навыки. В подвижных играх создаются наиболее благоприятные условия для развития физических качеств. Увлеченные сюжетом игры, дети могут выполнять с интересом и притом много раз одни и те же движения, не замечая усталости.

Игры помогают ребенку расширять и углублять свои представления об окружающей действительности. Выполняя различные роли, изображая разнообразные действия, дети практически используют свои знания о повадках животных, птиц, насекомых, о явлениях природы, о средствах передвижения, о современной технике. В процессе игр создаются возможности для развития речи, упражнения в счете и т.д. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. Испокон веков в них ярко отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о чести, смелости, мужестве; желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой и красотой движений; проявлять смекалку, выдержку, творческую выдумку, находчивость, волю и стремление к победе. Особенность подвижных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. В народных играх много юмора, шуток, задора; движения точны и образны; часто сопровождаются неожиданными веселыми моментами заманчивыми и любимыми младшими школьниками считалками, жеребьевками, потешками. Они

сохраняют свою художественную прелесть, эстетическое значение и составляют ценнейший неповторимый игровой фольклор.

Цель программы- Создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Цели и задачи программы по спортивно-оздоровительному направлению «Подвижные игры» соответствуют целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой в МБОУ «ОШ 10» г. Ачинск.

Целью реализации основной образовательной программы начального общего образования является обеспечение планируемых результатов по достижению выпускником начальной общеобразовательной школы целевых установок, знаний, умений, навыков и компетенций, определяемых личностными, семейными, общественными, государственными потребностями и возможностями ребёнка младшего школьного возраста, индивидуальными особенностями его развития и состояния здоровья.

Задачи, решаемые в рамках данной программы:

- создание наиболее благоприятных условий для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.
- приобщение к занятиям подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности.
- обеспечить двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием подвижных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- воспитывать у детей осознанное отношение к необходимости закаляться, заниматься спортом, есть овощи и фрукты, чтобы противостоять болезням;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, быстроту реакции, а также эмоционально- чувственную сферу;
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм как наследию и к проявлению здорового образа жизни;
- учить школьников сознательному применению физических упражнений, подвижных игр в целях самоорганизации отдыха, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать активность и самостоятельность;
- обучение жизненно важным двигательным навыкам и умениям, применению их в различных по сложности условиях.
- воспитывать культуру игрового общения, ценностного отношения к играм народов мира.

Общее число часов для изучения «Подвижные игры» на уровне начального общего образования в 1 классе составляет 33 часа (1 час в неделю), во 2 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 3 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Содержание учебного предмета

Формы учета знаний и умений, система контролирующих материалов для оценки планируемых результатов освоения программы. Контроль и оценка результатов освоения программы внеурочной деятельности зависит от тематики и содержания изучаемого раздела. Продуктивным будет контроль в процессе организации следующих форм деятельности: викторины, конкурсы, ролевые игры, выполнение заданий соревновательного характера, оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ), результативность участия в конкурсных программах и др.

1 класс (33 часа)

Игры с бегом. (6ч)

Теория. Правила безопасного поведения в местах проведения подвижных игр. Значение подвижных игр для здорового образа жизни.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «Медведи и пчёлы». Игра «У медведя во бору».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Второй лишний». Игра «Краски».
- Упражнения с предметами. Игра «Отгадай, чей голос?». Игра «Гуси – лебеди».
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «Фигуры». Игра «Волки, зайцы, лисы».
- Комплекс ОРУ с предметами. Игра «Третий лишний». Игра «Шишки, жёлуди, орехи».

Игры с мячом. (6 часов)

Теория. История возникновения игр с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик». Игра «Мяч по полу».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча «Кто меткий?» Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».
- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Передача мяча в колоннах». Игра «Гонка мячей».
- Броски и ловля мяча. Игра «Мяч соседу». Игра «Подвижная цель».

Игра с прыжками. (4 часа)

Теория. Профилактика детского травматизма. Знакомство с правилами дыхания во время прыжков. Последовательность обучения прыжкам.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ «Скакалочка». Игра «Прыгающие воробышки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой «Верёвочка». Игра «Удочка». Игра «Лягушата и цапля».
- Комплекс ОРУ с короткими скакалками «Солнышко». Игра «Зеркало».
- Комплекс ОРУ со скакалкой «Лучики». Игра «Выше ножки от земли».

Игры малой подвижности. (5 часов)

Теория. Правильная осанка и её значение для здоровья и хорошей учёбы.

Упражнения для формирования правильной осанки, укрепления мышечного корсета.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Красный, зелёный». Игра «Альпинисты».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Разведчики». Игра «Поезд».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Летает – не летает». Игра «Копна – тропинка – кочки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршрутовка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «Кто быстрее встанет в круг».

Зимние забавы. (3 часа)

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Первая помощь при обморожении.

Практические занятия:

- Игра «Скатывание шаров».
- Игра «Гонки снежных комов».
- Игра «Клуб ледяных инженеров».
- Игра «Мяч из круга».
- Игра «Гонка с шайбами».
- Игра «Черепахи».

Эстафеты. (4 часа)

Теория. Знакомство с правилами проведения эстафет. Профилактика детского травматизма.

Практические занятия:

- Беговая эстафеты.
- Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)
- Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия.

Народные игры. (5 часов)

Теория. Народные игры – основа игровой культуры. Роль и место игры в жизни людей.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Калин – бан -ба»
- Разучивание народных игр. Игра «Чижик»
- Разучивание народных игр. Игра «Золотые ворота»
- Разучивание народных игр. Игра "Чехарда".
-

2 класс (34 часа)

Игры с бегом (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении игр с бегом. Техника бега с ускорением, техника равномерного бега

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ на месте. Комплекс ОРУ с рифмованными строчками. Игра «Совушка». Игра «Вороны и воробьи»
- Комплекс ОРУ в движении. Игра «К своим флажкам». Игра «День и ночь».
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Вызов номеров»

Игра «Пустое место».

Упражнения с предметами. Игра «Невод». Игра «Колесо»

- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Два мороза». Игра «Воробьи-попрыгунчики».

Игры с прыжками (4 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игр с прыжками.

Профилактика детского травматизма. Развитие координации движений в прыжках со скакалкой

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Салки на одной ноге». Игра «Воробушки».
- Комплекс упражнений с длинной скакалкой. Игра «Удочка». Игра «Кто выше»
- Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Прыжки в приседе». Игра «Пингвины с мячом».
- Комплекс ОРУ с короткой скакалкой. Игра «Поймай лягушку». Игра «Прыжки с поворотом»

Игры с мячом (6 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при играх с мячом.

Практические занятия:

- Совершенствование координации движений. Игра «Передал – садись». Игра «Свечи».
- Развитие глазомера и чувства расстояния. Передача мяча. Метание мяча

Игра «Охотники и утки». Игра «Сбей мяч»

- Укрепление основных мышечных групп; мышц рук и плечевого пояса. Игра «Рак пятится назад». Игра «Скорый поезд».
- Обучение бросанию, метанию и ловле мяча в игре.

Броски и ловля мяча. Игра «Кто самый меткий». Игра «Не упусти мяч».

Игры малой подвижности (4 часа)

Теория. Правила по технике безопасности при проведении игры малой подвижности.

Практические занятия:

- Комплекс специальных упражнений «Ровная спина». Игра «Змейка». Игра «Карлики и великаны».
- Комплекс упражнений с мешочками. Игра «Кошка и мышка». Игра «Ручеек».
- Упражнения для исправления нарушений осанки и плоскостопия. Игра «Стрекозы». Игра «Чемпионы скакалки».
- Гимнастические построения, размыкания, фигурная маршировка.

Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»

Зимние забавы (4 часа)

Теория. Закаливание и его влияние на организм. Правила безопасного поведения при катании на лыжах, санках. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия:

- Игра «Лепим снежную бабу».
- Игра «Лепим сказочных героев».
- Игра «Санные поезда».
- Игра «На одной лыже».
- Игра «Езда на перекладных»

Эстафеты (5 часов)

Теория. Правила безопасного поведения при проведении эстафет
Способы деления на команды. Считалки

Практические занятия:

- Веселые старты
- Эстафеты «Бег по кочкам», «Бег сороконожек».
- Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».
- Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».
- Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».

Народные игры (5 часов)

Теория. История изучения и организации игр. Знаменитые собиратели и организаторы игр.
Игровая терминология.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра «Бегунок»
- Разучивание народных игр. Игра «Верёвочка»
- Разучивание народных игр. Игра «Котел»
- Разучивание народных игр. Игра "Дедушка - сапожник".

3 класс (34 часа)

Игры с бегом (5 часов)

Теория: Правила техники безопасности. Значение бега в жизни человека и животных.
Лучшие легкоатлеты страны, области, школы.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ для укрепления мышц ног. Игра «Змейка». Игра «Челнок».
- Комплекс ОРУ на месте. Игра «Пустое место». Игра «Филин и пташки»
- Комплекс ОУР в движении. Игра «Пятнашки с домом». Игра «Прерванные пятнашки». Игра «Круговые пятнашки»
- Комплекс ОРУ в колонне по одному в движении. Игра «Круговые пятнашки». Игра «Ловушки в кругу». Игра «Много троих, хватит двоих»

Игры с мячом (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с мячом. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ с маленькими мячами. Игра «Мячик кверху». Игра «Свечи ставить»
 - Комплекс ОРУ с большими мячами. Игра «Перебрасывание мяча»
- Игра «Зевака». Игра «Летучий мяч».
- Комплекс ОРУ с набивными мячами. Игра «Выбей мяч из круга». Игра «Защищай город».
 - Комплекс ОРУ с мячами. Игра «Гонка мячей». Игра «Попади в цель». Игра «Русская лапта»

Игры с прыжками (5 часов)

Теория. Правила техники безопасности при игре с прыжками.

Для чего человеку важно уметь прыгать.

Виды прыжков. Разучивание считалок.

Практические занятия:

- Комплекс ОРУ. Игра «Воробушки и кот». Игра «Дедушка – рожок».
- Комплекс ОРУ. Игра «Переселение лягушек». Игра «Лошадки».
- Комплекс ОРУ. Игра «Петушиный бой». Игра «Борьба за прыжки».
- Комплекс ОРУ. Игра «Солка на одной ноге». Игра «Кто первый?».

Игры малой подвижности (6 часов)

Теория. Правила техники безопасности. Знакомство с играми на внимательность.

Практические занятия

- Игры на внимательность. Игра «Летит - не летит». Игра «Запрещенное движение». Игра «Перемена мест».
 - Комплекс ОРУ для правильной осанки, разучивание считалок.
- Игры «Колечко». Игра «Море волнуется». Игра «Кривой петух»
- Комплекс ОРУ. Игра «Молчанка». Игра «Колечко».
 - Комплекс ОРУ. Игра «Краски». Игра «Перемена мест»

Зимние забавы (3 часа)

Теория. Правила техники безопасности зимой. Осторожно лед.

Загадки и пословицы о зиме. Беседа о закаливании.

Практические занятия:

- Игра «Строим крепость».
- Игра «Взятие снежного городка».
- Игра «Лепим снеговика».
- Игра «Меткой стрелок».

Эстафеты (6 часов)

Теория. Значение слова эстафета. Разбивание разными способами команд на группы.

Практические занятия:

- Эстафеты «Передал – садись», «Мяч среднему», «Парашютисты», «Скакалка под ногами», «Тачка».
- Эстафета «Челночный бег», «По цепочке», «Вызов номеров», «Дорожки», «Шарик в ложке».
- Эстафета «Ведерко с водой», «Кати большой мяч впереди себя», «Нитки наматывать», «Передача мяча в колонне», «Поезд».

Народные игры (4 часа)

Теория. Материальная и духовная игровая культура. Организация и проведение игр на праздниках.

Практические занятия:

- Разучивание народных игр. Игра "Горелки".
- Разучивание народных игр. Игра «Гуси - лебеди»
- Разучивание народных игр. Игра «Мотальщицы»
- Разучивание народных игр. Игра "Мишени".

Планируемые результаты освоения программы «Подвижные игры» на уровне начального общего образования

Личностными результатами программы «Подвижные игры» является формирование следующих умений:

- целостный, социально ориентированный взгляд на мир;
- ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;
- способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;
- развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

Метапредметные результаты:

В результате изучения «Подвижные игры» на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные:

- 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:

- 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 обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные:

- 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.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- 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.

К концу обучения в 3 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные:

- 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:

- 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:

- 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

1 КЛАСС

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы:

- 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.

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- - выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы:

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

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом	6			https://www.fizkultura.ru/mobile_games
2	Игры с мячом	6			https://www.fizkultura.ru/mobile_games
3	Игры с прыжками	4			https://www.fizkultura.ru/mobile_games
4	Игры малой подвижности	5			https://www.fizkultura.ru/mobile_games
5	Зимние забавы	3			https://www.fizkultura.ru/mobile_games
6	Эстафеты	4			https://www.fizkultura.ru/mobile_games
7	Русские народные игры	5			https://www.fizkultura.ru/mobile_games

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игра с бегом	6			https://www.fizkultura.ru/mobile_games

2	Игры с прыжками	4			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игры с мячом	6			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игры малой подвижности	4			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Зимние забавы	4			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Эстафеты	5			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Русские народные игры	5	1		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

3 класс


№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Игры с бегом	5			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игры с мячом	5			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игры с прыжками	5			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игры малой подвижности	6			https://www.fizkultura.ru/mobile_game

5	Зимние забавы	3			https://www.fizkul-t-ura.ru/mobile_game
6	Эстафеты	6			https://www.fizkul-t-ura.ru/mobile_game
7	Народные игры	4	1		

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора

«30» 08. 2024 г.

 / Лыспак М.А.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
«Подвижные игры»

(учебного предмета; элективного курса; внеурочной деятельности)

(наименование учебного предмета, элективного курса, курса внеурочной деятельности)

Начальное общее образование

(уровень образования: начальное общее, основное общее образование)

1 «А»

(класс)

На 2024-2025 учебный год

Учитель Мамедов А.И.
Подвижные игры

1 класс

	Тема урока	Количество часов			
--	-------------------	-------------------------	--	--	--

№ п/п		Всего	Контроль ны работы	Практич еские работы	Дата изучения (план)	Дата изучени я (факт)	Электронные (цифровые) образовательн ые ресурсы
1	ТБ. Игра «Фигуры».	1			04.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игра «Волки, зайцы, лисы».	1			11.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Комплекс ОРУ в движении «Мишка на прогулке». Игра «У медведя во бору».	1			18.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игра «Второй лишний».	1			25.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Игра ««Фигуры».	1			02.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Игра «Шишки, жёлуди, орехи».	1			09.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Игра «Мяч по полу».	1			16.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
8	Перекаты мяча. Комплекс ОРУ с мячом «Мячик».	1			23.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9	Игра «Метко в цель». Игра «Бегуны и метатели».	1			06.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
10	Игра «Передача мяча в	1			13.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

	колоннах». Игра «Гонка мячей».					ura.ru/mobile_game
11	Игра «Мяч соседу».	1		20.11.24		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
12	Игра «Подвижная цель».	1		27.11.24		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
13	Игра «Прыгающие воробышки».	1		04.12.24		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
14	Игра «Удочка».Игра «Лягушата и цапля».	1		11.12.25		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
15	Игра «Зеркало».	1		18.12.24		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
16	Игра «Выше ножки от земли».	1		25.12.24		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
17	Игра «Альпинисты».	1		15.01.25		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
18	Игра «Красный, зелёный». Игра «Поезд».	1		22.01.25		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
19	Игра «Копна – тропинка – кочки».	1		29.01.25		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
20	Игра «Построение в шеренгу».	1		05.02.25		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game
21	Игра «Кто быстрее встанет в круг».	1		12.02.25		https://www.fizkult-ura.ru/mobile_game

22	Игра «Гонки снежных комов».	1		19.02.25			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
23	Игра «Мяч из круга».	1		26.02.25			https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24	Игра «Гонка с шайбами».	1			05.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
25	Знакомство с правилами проведения эстафет.	1			12.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
26	Беговая эстафеты.	1			19.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
27	Эстафета с предметами (мячами, обручами, скакалками)	1			02.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28	Эстафеты на развитие статистического и динамического равновесия	1			09.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
29	Игра "Чехарда".	1			16.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30	Игра «Золотые ворота»	1			23.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
31	Игра «Чижик»	1			30.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
32	Игра «Золотые ворота»	1			07.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

33	Игра "Чехарда".	1			14.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
----	-----------------	---	--	--	----------	--	---

Лист корректировки
рабочей программы по предмету «Подвижные игры»
1 «А» класс
за 2024 – 2025 учебный год
учитель МБОУ «ОШ №10» Мамедов Александр Интигамович


№ п/п	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту
1.					
2.					
3.					

_____/А.И. Мамедов
Подпись / расшифровка

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора

«30» 08. 2024 г.

 / Лыспак М.А.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Подвижные игры»

(учебного предмета; элективного курса; внеурочной деятельности)

(наименование учебного предмета, элективного курса, курса внеурочной деятельности)

Начальное общее образование

(уровень образования: начальное общее, основное общее образование)

2 «А»

(класс)

На 2024-2025 учебный год

*Учитель Мамедов А.И.
Подвижные игры*

2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (план)	Дата изучения (факт)	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ны работы	Практич еские работы			
1	ТБ. Игра «Вороны и воробьи»	1			05.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игра «Совушка».	1			12.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игра «День и ночь».	1			19.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игра «Вызов номеров»	1			26.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Игра «Два мороза».	1			3.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Игра «Воробушки».	1			10.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Игра «Салки на одной ноге»	1			17.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
8	Игра «Кто выше»	1			24.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9	Игра «Пингвины с мячом».	1			7.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

10	Игра «Поймай лягушку».	1			14.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11	Игра «Свечи».	1			21.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12	Игра «Передал – садись».	1			28.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13	Игра «Охотники и утки».	1			5.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14	Игра «Рак пятачится назад».	1			12.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15	Игра «Кто самый меткий».	1			19.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16	Игра «Не упусти мяч»	1			26.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17	Игра «Карлики и великаны».	1			9.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18	Игра «Кошка и мышка».	1			16.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
19	Игра «Чемпионы скакалки».	1			23.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

20	Гимнастическое построения, размыкания, фигурная маршировка. Игра «Построение в шеренгу». Игра «На новое место». Игра «Лабиринт». Игра «Что изменилось?»	1			30.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
21	Игра «Лепим сказочных героев».	1			6.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22	Игра «Лепим снежную бабу».	1			13.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game24me
23	Игра «Санные поезда».	1			20.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24	Игра «Езда на перекладных»	1			27.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
25	Эстафеты «Бег сороконожек»	1			6.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
26	Эстафеты «Бег по кочкам»,	1			13.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
27	Эстафеты «Рак пятится назад», «Скорый поезд».	1			20.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28	Эстафеты «Чемпионы скакалки», «Вьюны».	1			3.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

29	Эстафеты «Стрекозы», «На новое место».	1			10.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30	Промежуточная аттестация	1	1		17.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
31	Игра «Бегунок»	1			24.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
32	Игра «Верёвочка»	1			8.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
33	Игра «Котел»	1			15.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
34	Игра "Дедушка - сапожник".				22.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

Лист корректировки
рабочей программы по предмету «Подвижные игры»

2 «А» класс

за 2024 – 2025 учебный год

учитель МБОУ «ОШ №10» Мамедов Александр Интигамович


№ п/п	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту
1.					
2.					
3.					

_____/А.И. Мамедов
Подпись / расшифровка

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора

«30» 08. 2024 г.

 / Лыспак М.А.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Подвижные игры»

(учебного предмета; элективного курса; внеурочной деятельности)

(наименование учебного предмета, элективного курса, курса внеурочной деятельности)

Начальное общее образование

(уровень образования: начальное общее, основное общее образование)

3 «А»

(класс)

На 2024-2025 учебный год

*Учитель Мамедов А.И.
Подвижные игры*

3 «А» класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (план)	Дата изучения (факт)	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ны работы	Практич еские работы			
1	ТБ. Игра «Челнок».	1			05.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игра «Змейка».	1			12.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игра «Филин и пташки»	1			19.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игра «Круговые пятнашки»	1			26.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Игра «Много троих, хватит двоих»	1			3.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Игра «Свечи ставить»	1			10.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Игра «Мячик кверху».	1			17.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
8	Игра «Летучий мяч».	1			24.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9	Игра «Защищай город».	1			7.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

10	Игра «Попади в цель».	1			14.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11	Игра «Дедушка – рожок».	1			21.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12	Игра «Воробушки и кот».	1			28.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13	Игра «Переселение лягушек».	1			5.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14	Игра «Борьба за прыжки».	1			12.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15	Игра «Кто первый?».	1			19.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16	Игра «Перемена мест».	1			26.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17	Игра «Запрещенное движение».	1			9.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18	Игра «Море волнуется».	1			16.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
19	Игра «Колечко».	1			23.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
20	Игра «Краски».	1			30.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

21	Игра «Перемена мест»	1			6.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22	Игра «Строим крепость».	1			13.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game24me
23	Игра «Меткий стрелок».	1			20.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24	Игра «Лепим снеговика».	1			27.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
25	Эстафеты «Передал – садись»	1			6.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
26	Игра «Скакалка под ногами».	1			13.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
27	Эстафета «Вызов номеров».	1			20.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1			3.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
29	Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать».	1			10.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1			17.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
31	Промежуточная аттестация	1	1		24.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

32	Игра "Горелки".	1			8.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
33	Игра «Мотальщицы»	1			15.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
34	Игра "Мишень".				22.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

Лист корректировки
рабочей программы по предмету «Подвижные игры»

3 «А» класс

за 2024 – 2025 учебный год

учитель МБОУ «ОШ №10» Мамедов Александр Интигамович


№ п/п	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту
1.					
2.					
3.					

_____/А.И. Мамедов
Подпись / расшифровка

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора

«30» 08. 2024 г.

 / Лыспак М.А.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

«Подвижные игры»

(учебного предмета; элективного курса; внеурочной деятельности)

(наименование учебного предмета, элективного курса, курса внеурочной деятельности)

Начальное общее образование

(уровень образования: начальное общее, основное общее образование)

3 «Б»

(класс)

На 2024-2025 учебный год

Учитель Мамедов А.И.

Подвижные игры

3 «Б» класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (план)	Дата изучения (факт)	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1	ТБ. Игра «Челнок».	1			05.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
2	Игра «Змейка».	1			12.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
3	Игра «Филин и пташки»	1			19.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
4	Игра «Круговые пятнашки»	1			26.09.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
5	Игра «Много троих, хватит двоих»	1			3.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
6	Игра «Свечи ставить»	1			10.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
7	Игра «Мячик кверху».	1			17.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
8	Игра «Летучий мяч».	1			24.10.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
9	Игра «Защищай город».	1			7.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

10	Игра «Попади в цель».	1			14.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
11	Игра «Дедушка – рожок».	1			21.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
12	Игра «Воробушки и кот».	1			28.11.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
13	Игра «Переселение лягушек».	1			5.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
14	Игра «Борьба за прыжки».	1			12.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
15	Игра «Кто первый?».	1			19.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
16	Игра «Перемена мест».	1			26.12.24		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
17	Игра «Запрещенное движение».	1			9.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
18	Игра «Море волнуется».	1			16.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
19	Игра «Колечко».	1			23.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
20	Игра «Краски».	1			30.01.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

21	Игра «Перемена мест»	1			6.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
22	Игра «Строим крепость».	1			13.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game24me
23	Игра «Меткий стрелок».	1			20.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
24	Игра «Лепим снеговика».	1			27.02.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
25	Эстафеты «Передал – садись»	1			6.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
26	Игра «Скакалка под ногами».	1			13.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
27	Эстафета «Вызов номеров».	1			20.03.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
28	Эстафета «Челночный бег», «По цепочке».	1			3.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
29	Эстафета «Ведерко с водой», «Нитки наматывать».	1			10.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
30	Эстафета «Кати большой мяч впереди себя».	1			17.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
31	Промежуточная аттестация	1	1		24.04.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

32	Игра "Горелки".	1			8.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
33	Игра «Мотальщицы»	1			15.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game
34	Игра "Мишень".				22.05.25		https://www.fizkultura.ru/mobile_game

Лист корректировки
рабочей программы по предмету «Подвижные игры»

3 «Б» класс

за 2024 – 2025 учебный год

учитель МБОУ «ОШ №10» Мамедов Александр Интигамович

№ п/п	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту
1.					
2.					
3.					

_____/А.И. Мамедов
Подпись / расшифровка

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

В.И.Лях, А.А. Зданевич. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов-М: «Просвещение»,2019г.

«Физическая культура» № 3 – 2013г, научно-методический журнал.

Авторская программа «Третий оздоровительный урок физической культуры в общеобразовательной школе».

В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров Развивающая педагогика оздоровления – М., 2000г.

Д.З. Шибакова, «Наука быть здоровым» - Челябинск, Южно - Урал. Книжн.

Издательство.1997г. Г.К.Зайцев, А.Г.Зайцев, «Твоё здоровье» Укрепление организма. – Санкт – Петербург 2006г.

А.П.Колтановский, «Тропы и дорожки здоровья» - М., Ф. и Спорт,1986г.

Устюжанина Л.В. «Опыт организации и проведения уроков здоровья», Курган-

М.Ф. Литвинова «Русские народные подвижные игры» Детский портал «Солнышко»

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Российский учебник: вебинары, методическая литература, учебники

<https://rosuchebnik.ru/>

Мультиурок – Сайт учителей Физической культуры, подготовка к олимпиадам. <https://multiurok.ru/all-sites/fizkultura/>

Коллекция цифровых образовательных ресурсов – статьи в научных журналах о преподавании физической культуры:

<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher>

Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура»: программы, презентации, тестовые задания: <http://www.openclass.ru/>

Сайт учителей физической культуры: программы по видам спорта, кроссворды, статьи, комплексы упражнений, правила соревнований: <http://fizkultura-na5.ru/>

<https://fk-i-s.ru/>

Учительский портал - программы, презентации, тестовые задания, контрольные вопросы, конспекты:

<https://www.uchportal.ru/load/101>

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

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ОСНОВНАЯ ШКОЛА № 10"**, Макарова Жанна Владимировна

03.10.24 14:56 (MSK) Простая подпись