

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 318
с углубленным изучением итальянского языка
Фрунзенского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО
На заседании
методического объединения
учителей физкультуры
Протокол № 1__
От « 29 »__августа__2025_г.

Председатель МО
_____/ В.В.Невская /

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР

/Красновская Е.М./

« 29 »__августа_2025__г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор
ГБОУ СОШ № 318
_____/Кахиани И.А./
Приказ № 126__
От «29__»_августа_2025__г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО «Физической культуре»

2 класс

на 2025 -2026 учебный год

Составил(а)

Учитель

Невская Виктория Владимировна

Сайфутдинов Мнир Хасанович

ПРИНЯТО

На заседании

Педагогического совета

Протокол № 1_ от «30__»_августа_2025_ г.

Санкт-Петербург

2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре 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.

Программа по физической культуре разработана с учётом 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 по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников 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 обучающихся. 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 обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся 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 обучающихся, 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 обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной

личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися 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 обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся 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 программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. 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.

Содержание программы по физической культуре 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.

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

Общее число часов для изучения физической культуры во 2 классе –68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатика

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

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности 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.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- 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

В результате изучения физической культуры 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 во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- 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 универсальные учебные действия:

- 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 универсальные учебные действия:

- 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 выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;

- 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;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	Знание о физической культуре	0.25			Online Test Pad
Итого по разделу		0.25			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Физическое развитие и его измерение	0.25			Online Test Pad
Итого по разделу		0.25			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1.	Занятия по укреплению здоровья	0.25			Online Test Pad
1.2.	Индивидуальный комплекс утренней зарядки	0.25			Online Test Pad

Итого по разделу					
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1.	Гимнастика с основами акробатики	14			https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	0			https://resh.edu.ru/
2.3	Легкая атлетика	18			https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные игры	20			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		52			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативов требований комплекса ГТО	16			https://www.gto.ru/
Итого по разделу		16			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контроль ные работы	практич еские работы		
Модуль «Лёгкая атлетика». 9 часов						
1.(1)	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Бег с ускорением (20 м). Игра «Совушка». ОРУ.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
2.(2)	Бег с поворотами и изменением направлений. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Перестрелка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
3.(3)	Бег с поворотами и изменением направлений. Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Бег с ускорением (30 м). Игра «Перестрелка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
4.(4)	Сложно координированные беговые упражнения. Прыжок с места. Эстафеты. Игра «Перестрелка». ОРУ.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Контроль ный
5.(5)	Сложно координированные беговые упражнения. Прыжок с места. Эстафеты. Игра «Перестрелка». ОРУ.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
6.(6)	Сложно координированные беговые упражнения. Прыжок с места. Эстафеты. Игра «Вызов номеров». ОРУ.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
7.(7)	Сложно координированные упражнения. Метание малого мяча. Эстафеты. Игра «Совушка». ОРУ. Зарождение Олимпийских игр.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
8.(8)	Сложно координированные упражнения. Метание малого мяча. Эстафеты. Игра «Совушка». ОРУ. Современные Олимпийские игры.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
9.(9)	Сложно координированные упражнения. Метание малого мяча. Эстафеты. Игра «Совушка». ОРУ.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий

	Быстрота как физическое качество.					
Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. 8 часов						
10.(1)	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
11(2).	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
12(3).	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночного бега 3x10 метров. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
13(4).	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине .Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
14(5).	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
15(6).	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
16(7)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
17(8)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
Гимнастика с основами акробатики. 14 часов.						
18(1)	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
19(2)	Строевые упражнения и команды. Размыкание и смыкание приставными шагами. Развитие	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий

	координационных способностей.					
20(3).	Строевые упражнения и команды. Размыкание и смыкание приставными шагами. Развитие координационных способностей. Сила как физическое качество.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
21(4).	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, три, четыре. Гибкость как физическое качество. Гимнастическая разминка.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
22(5).	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, три, четыре. Гибкость как физическое качество. Гимнастическая разминка.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
23(6).	Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие координационных способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
24(7).	Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие координационных способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
25(8).	Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие координационных способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
26(9)	Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие координационных способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
27(10)	Упражнения с предметами (скакалки, обручи, гантели, гимнастические палки) Игра «Перестрелка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
28(11)	Упражнения с предметами (скакалки, обручи, гантели, гимнастические палки) Игра «Перестрелка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
29(12)	Упражнения с предметами (скакалки, обручи, гантели, гимнастические палки) Игра «Перестрелка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
30(13)	Упражнения с предметами (скакалки, обручи, гантели, гимнастические палки) Игра «Совушка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
31(14)	Развитие координации движений. Игра «Совушка»	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
Подвижные игры 20 часов						

32(1)	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Подвижные игры на развитие внимания.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
33.(2)	ОРУ. Подвижные игры на развитие внимания. «Совушка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
34.(3)	ОРУ. Подвижные игры на развитие внимания. «Совушка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
35.(4)	ОРУ. Подвижные игры на развитие внимания. «Совушка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
36.(5)	ОРУ. Подвижные игры . «Шишки, белки, орехи», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
37.(6)	ОРУ. Подвижные игры . «Шишки, белки, орехи», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
38.(7)	ОРУ. Подвижные игры . «Перестрелка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Зачетный
39.(8)	ОРУ. Подвижные игры . «Перестрелка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	
40.(9)	ОРУ. Подвижные игры . «Перестрелка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
41(10)	ОРУ. Подвижные игры . «Перестрелка», Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
42(11)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Передача мяча в колоннах» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
43(12)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола. Игра «Передача мяча в колоннах» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
44(13)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
45(14)	Игра «Передача мяча в колоннах» Эстафеты. Развитие скоростно-	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий

	силовых способностей		часы	часы	дату	
46(15)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Передал - садись» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
47(16)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Передал - садись» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
48(17)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Передал - садись» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
49(18)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Мяч - капитану» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
50(19)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Мяч - капитану» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
51(20)	ОРУ. Игры с приемами баскетбола Игра «Мяч - капитану» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. 8 часов						
52.(1)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
53.(2)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
54. (3)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
55.(4)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
56.(5)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий

	ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты					
57.(6)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
58.(7)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
59.(8)	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
Легкая атлетика 9 часов						
60.(1)	Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Челночный бег. Бег с ускорением (30 м). Развитие скоростных способностей.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
61.(2)	Выносливость как физическое качество. Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Челночный бег. Бег с ускорением (30 м). Развитие скоростных способностей.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
62.(3)	Разновидности ходьбы и бега. ОРУ. Челночный бег. Бег с ускорением (30 м). Развитие скоростных способностей.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
63.(4)	Сложно координированные прыжковые упражнения. Прыжок в длину ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Зачетный
64.(5)	Сложно координированные прыжковые упражнения. Прыжок в длину ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
65.(6)	Сложно координированные прыжковые упражнения. Прыжок в длину ОРУ. Игра «Удочка». Эстафеты.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
66.(7)	Метание малого мяча ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий
67.(8)	Метание малого мяча. ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Текущий

	силовых способностей.					
68.(9)	Метание малого мяча ОРУ. Эстафеты. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых способностей.	1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Зачетный
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			68			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Введите свой вариант: Физическая культура. 5-7 классы. В. И. Лях

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Справочник учителя физической культуры» Н.М. Вилкова . Издательство «Учитель» 2016 год.
2. Физическая культура 1-11 классы: Подвижные игры на уроках и во внеурочное время Садыкова С.Л., Лебедева Е.И. . Издательство «Учитель» 2008 год

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Online Test Pad

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Стенка гимнастическая;
Скамейки гимнастические;
Перекладина навесная;
Комплект навесного оборудования (мишени, перекладины);
Маты гимнастические;
Мячи набивные;
Скакалки гимнастические;
Палки гимнастические;
Обручи гимнастические;
Рулетка измерительная;
Щиты с баскетбольными кольцами;
Большие мячи (резиновые, баскетбольные, футбольные);
Стойки волейбольные;
Сетка волейбольная;
Аптечка медицинская.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 471092413905542759889334510250069883863198699206

Владелец Кахиани Ирина Алексеевна

Действителен с 12.01.2026 по 12.01.2027