МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МКОУ «Побединская СШ»

РАССМОТРЕНО: Педсовет Протокол № 1 от 26.08.2026 г	СОГЛАСОВАНО: Методист М.П.Захарова «26» 08 2026г	УТВЕРЖДЕНО: ИО директора школы А.М.Захаров Приказ № 138 от «26» 08 2026г

Рабочая программа

(ID8905261)

учебного предмета **«Физическая культура»**

(вариант 2)

для обучающихся 1-4 классов

п. Победа 2026

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯЗАПИСКА

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.

При создании программы по физической культуре 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, самоопределенияи самореализации.

При создании программы 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, приобретениеими 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 являетсяпостепенноевовлечениеобучающихсявздоровыйобразжизнизасчётовладения имизнаниямииумениямипоорганизациисамостоятельныхзанятийподвижнымииграми, 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 положительныенавыкииспособыповедения,общенияивзаимодействиясосверстниками

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-деятельностногоподхода,ориентирующиепедагогическийпроцесснаразвитиецелостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательнаядеятельностьоказываетактивноевлияниенаразвитиепсихическойисоциальной 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 культуревраздел«Физическоесовершенствование»вводитсяобразовательныймодуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивныхсоревнованиях,развитиинациональныхформсоревновательнойдеятельности 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:«Знанияофизическойкультуре»,«Способысамостоятельнойдеятельности»и «Физическоесовершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредствомсовременныхнаучнообоснованныхинновационных средств,методовиформ обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начальногообщего образования составляет : в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа(3 часавнеделю),в3классе– 102часа(3часавнеделю),в4 классе –68 часа(2часав неделю).

СОДЕРЖАНИЕУЧЕБНОГОПРЕДМЕТА

3 КЛАСС

Знанияофизическойкультуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способысамостоятельнойдеятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение.Способыизмеренияпульсаназанятияхфизическойкультурой(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.

Физическоесовершенствование

Оздоровительнаяфизическаякультура

Закаливаниеорганизмаприпомощиобливанияподдушем.Упражнениядыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительнаяфизическаякультура.

Гимнастикасосновамиакробатики

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 способамиходьбы:вперёд,назад,свысокимподниманиемколениизменениемположения 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 правымилевымбокомпонижнейжерди,лазаньеразноимённымспособом. Прыжкичерез скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге,прыжки через скакалкуназад сравномерной 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.

Лёгкаяатлетика

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 ускорениемиторможением,максимальнойскоростьюнадистанции30м.

Подвижныеиспортивныеигры

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-ориентированнаяфизическаякультура.

Развитиеосновныхфизическихкачествсредствамибазовыхвидовспорта. Подготовкаквыполнениюнормативныхтребованийкомплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕРЕЗУЛЬТАТЫОСВОЕНИЯПРОГРАММЫПОФИЗИЧЕСКОЙ 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:

- становлениеценностногоотношениякисторииразвитиюфизическойкультуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формированиенравственно-этических нормповеденияи правилмежличностного 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 особенностейфизического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕРЕЗУЛЬТАТЫ

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 в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательныеуниверсальныеучебныедействия:

- 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 поведениянаурокахфизическойкультуры,проводитьзакаливающиепроцедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдениязадинамикой показателей физическогоразвитияифизических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативныеуниверсальныеучебныедействия:

- организовывать совместные подвижные игры,принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильноиспользоватьстроевыекоманды,названияупражненийиспособов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активноучаствоватьвобсужденииучебныхзаданий,анализевыполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делатьнебольшиесообщенияпорезультатамвыполненияучебныхзаданий,организа ции и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивныеуниверсальныеучебныедействия:

- 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.

ПРЕДМЕТНЫЕРЕЗУЛЬТАТЫ

3 КЛАСС

К концуобучения в **3**достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- 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 скакалкуна двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрироватьупражненияритмическойгимнастики,движениятанцевгалопи полька;

Модуль«Футболдлявсех.»

Учебный модуль «Футбол для всех» (далее - модуль по футболу, футбол) на уровне начального общего образования разработан с целью оказания методической помощи учителю физической культуры в создании рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» с учетом современных тенденций в системе образования и использования спортивно-ориентированных форм, средст

иметодовобученияпоразличнымвидовспорта.

Футбол - самая популярная и доступная игра, которая является эффективным средством физического воспитания, содействует всестороннему физическому, интеллектуальному, нравственномуразвитиюобучающихся, укреплениюздоровья, привлечению обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, их личностному и профессиональному самоопределению.

Футбол позволяет обучающимся понимать принципы взаимовыручки, проявлять волю, терпение и развивать чувство ответственности. В процессе игры формируется командный дух, познаются основы взаимодействия друг с другом. Футбол - командная игра, в которой каждому члену команды надо научиться выстраивать отношения с другими игроками. Психологический климат в команде играет определяющую роль и оказывает серьезное влияние на результат. Футбол дает возможность выработать коммуникативные навыки, развить чувство сплоченности и желание находить общий язык с партнером, а также решать конфликтные ситуации.

Систематические занятия футболом оказывают на организм обучающихся всестороннее влияние: повышают общий объем двигательной активности, совершенствуют функциональную деятельность организма, обеспечивая правильное физическое развитие.

Модуль «Футбол» рассматривается как средство физической подготовки, освоения технической и тактической стороны игры как для мальчиков, так и для девочек, повышает умственную работоспособность, снижает заболеваемость и утомление у обучающихся, возникающее в ходе учебных занятий.

Целями изучения модуля «Футбол» являются: формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации ксохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта «футбол».

*Задачами*изучениямодуля«Футболдлявсех»являются:

всестороннее гармоничное развитие детей, увеличение объема их двигательной активности;

формирование общих представлений о виде спорта «футбол», его возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся, укрепление их физического, нравственного, психологического и социального здоровья, обеспечение культуры безопасного поведения средствами футбола;

ознакомление и обучение физическим упражнениям общеразвивающей и корригирующей направленности посредством освоения технических действий в футболе;

ознакомление и освоение знаний об истории и развитии футбола, основных понятиях и современных представлениях о футболе, его возможностях и значениях в процессе развития и укрепления здоровья, физическом развитии обучающихся;

обучение двигательным умениям и навыкам, техническим действиям в футболе в образовательной деятельности, физкультурно-оздоровительной деятельности и при организации самостоятельных занятий по футболу;

воспитание социально значимых качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в игровой деятельности средствами футбола;

удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом средствами футбола;

популяризация футбола среди подрастающего поколения, привлечение обучающихся, проявляющих повышенный интерес и способность к занятиям футболом, в школьные спортивные клубы, футбольные секции и к участию в соревнованиях;

выявление,развитиеиподдержкаодаренныхдетейвобластиспорта.

Местоирольмодуля«Футболдлявсех».

Модуль «Футбол» доступен для освоения всем обучающимся, независимо от уровня их физического развития и пола, расширяет спектр физкультурно-спортивных направлений в общеобразовательных организациях. Расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате обучения и формирования новых двигательных действий средствами футбола, их использования в прикладных целях для увеличения объема двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Интеграция модуля по футболу поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках внеурочной деятельности, дополнительного образования, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке обучающихся к выполнению норм ГТО и участию в спортивных мероприятиях.

Учебный модуль «Футбол для всех» может быть реализован в следующих *вариантах:* при самостоятельном планировании учителем физической культуры процесса освоения обучающимися учебного материала по футболу с выбором различныхэлементовфутбола,сучетомвозрастаифизическойподготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой и интенсивностью);

в виде целостного последовательного учебного модуля, изучаемого за счет части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений из перечня, предлагаемого образовательной организацией, включающей, в частности, учебные модули по выбору обучающихся, родителей (законных представителей) несовершеннолетних обучающихся, в том числе предусматривающие удовлетворениеразличныхинтересовобучающихся(приорганизациии

проведении уроков физической культуры с 3-х часовой недельной нагрузкой рекомендуемый объемво 2, 3,классах - по 34 часа в первой и второй четвертях);

в виде дополнительных часов, выделяемых на спортивно-оздоровительную работу с обучающимися в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов .

Содержаниемодуля«Футболдлявсех»

Знанияофутболе.

ИсториязарожденияфутболакаквидаспортавРоссийскойФедерации.

Легендарные отечественные игроки, тренеры.

Достижениясборныхкомандстраныпофутболу.

Футбольный словарь терминов и определений. Спортивные дисциплины вида спорта «Футбол».

Составфутбольнойкоманды,функцииигроковвкоманде,ролькапитанакоманды.

Правила безопасности и культура поведения во время посещений соревнований по футболу, правила поведения во время занятий футболом.

Футбол, как средство укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств.

Правила личной гигиены во время занятий футболом. Требование к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю.

Способысамостоятельнойдеятельности.

Соблюдение личнойгигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом.

Первые внешние признаки утомления. Способы самоконтроля за физической нагрузкой, соблюдение питьевого режима.

Уходзаспортивныминвентаремиоборудованиемпризанятияхфутболом. Основыорганизациисамостоятельныхзанятийфутболом.

Организация и проведение подвижных игр с элементами футбола со сверстниками в активной досуговой деятельности.

Составление комплексов различной направленности: утренней,
корригирующей и дыхательной гимнастики, упражнений для профилактики плоскостопия и развития физических качеств.

Причинывозникновенияошибокпривыполнениитехническихприемови способы их устранения.

Тестированиеуровняфизическойитехническойподготовленностивфутболе.

Физическоесовершенствование.

Комплексыобщеразвивающихикорригирующихупражнений смячомибез

мяча.Техникапередвиженияиспециально-беговыеупражнения.

Комплексыспециальныхупражненийдляразвитияфизическихкачеств, технических приемов и упражнений на частоту движений ног.

Подвижныеигрыбезмячейисмячами.Подвижныеигрыиэстафеты специальной направленности с элементами футбола.

Индивидуальныетехническиедействиясмячом:

ведение мяча ногой - внутренней частью подъема, внешней частью подъема, средней частью подъема, внутренней стороной стопы;

разворотысмячом-подошвой,внешнейсторонойстопы,внутреннейстороной стопы;

удары по мячу ногой - внутренней стороной стопы, средней частью подъема, внутренней частью подъема;

остановкамячаногой-подошвой,внутреннейсторонойстопы;

обманныедвижения(«финты»)-«остановка»мячаногой,«уход»всторону.

Игровые упражнения в парах, в тройках и тактические действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности). Игра в футбол по упрощенным правилам.

Учебныеигры,участиевфестиваляхисоревновательныхпофутболу.

Тестовые упражнения по физической и технической подготовленности обучающихся в футболе.

Планируемыерезультаты

Содержание учебного модуля «Футбол» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

Личностные результаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие личностные результаты:

проявление патриотизма, чувства гордости, уважения к Отечеству через знанияисториио достиженияхсборных командстраныпо футболуисовременного состояния развития футбола в Российской Федерации;

проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия, терпимости в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи, умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

проявлениеположительных качествличностии управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях, дисциплинированности, трудолюбия и упорства достижении поставленных целей;

пониманиеустановкинабезопасный,здоровыйобразжизни,наличие

мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;

проявление осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по футболу.

Метапредметныерезультаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие метапредметныерезультаты:

формирование способности понимать цели и задачи учебной деятельности, поиска средств и способов ее осуществления;

умение планировать пути достижения целей с учетом наиболее эффективных способоврешениязадачсредствамифутболавучебной,игровой,соревновательной и досуговой деятельности, соотносить двигательные действия с планируемыми результатами в футболе, определять и корректировать способы действий в рамках предложенных условий;

умение владеть основами самоконтроля, самооценки, выявлять,анализировать и находить способы устранения ошибок при выполнении технических приемов футбола;

умениеорганизовыватьсовместнуюдеятельность с учителем исверстниками, работать индивидуально и в группе.

Предметныерезультаты

При изучении учебного модуля «Футбол» на уровне начального общего образования у обучающихся будут сформированы следующие предметные результаты:

понимание о роли и значении занятий футболом, как средством укрепления здоровья, закаливания, развития физических качеств человека;

соблюдение правил личной гигиены, безопасного поведения во время занятий футболомипосещенийсоревнованийпофутболу,требованиякспортивнойодежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий футболом;

формирование навыков систематического наблюдения за своим физическим состоянием, показателями физического развития и основных физических качеств;

организация самостоятельных занятий футболом, подвижных игры специальной направленности с элементами футбола со сверстниками;

выполнение комплексов общеразвивающих и корригирующих упражнений, упражнений на развитие быстроты, ловкости, гибкости, специальных упражнений для формирования технических действий футболиста;

выполнениеразличныхвидовпередвижений:бег,прыжки,остановки,

повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

выполнение индивидуальных технических приемов владения мячом: ведение, развороты, удары по мячу ногой, остановка и (или) прием мяча, обманные движения («финты»);

выполнение тактических комбинаций: в парах, в тройках и тактических действия (в процессе учебной игры и соревновательной деятельности);

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовленности, технической подготовки обучающихся;

умение излагать правила и условия подвижных игр, игровых заданий,эстафет;

участие в учебных играх и фестивалях в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;

участие в соревновательной деятельности на внутришкольном, районном, муниципальном, городском, региональном, всероссийском уровнях;

проявление волевых, социальных качеств личности, организованности, ответственности в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

проявлениеуважительныхотношениекодноклассникам,культуры общенияивзаимодействия,терпимостиитолерантностивдостижении общих целейвучебнойиигровойдеятельностиназанятияхфутболом.

2 КЛАСС

№п/п	Наименованиеразделовитем программы	Количествочасов			Электронные(цифровые) образовательныересурсы
		Всего	Контрольныеработы	Практическиеработы	
Раздел1.Знанияофизическойкультуре					
1.1	Знанияо физическойкультуре	2			
Итогопоразделу		2			
Раздел2.Способысамостоятельнойдеятельности					
2.1	Видыфизическихупражнений, используемых на уроках	1			
2.2	Измерениепульсаурокахфизической культуры	1			
2.3	Физическаянагрузка	2			
Итогопоразделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел1.Оздоровительнаяфизическаякультура					
1.1	Закаливаниеорганизма	1			
1.2	Дыхательнаяизрительнаягимнастика	1			
Итогопоразделу		2			
Раздел2.Спортивно-оздоровительнаяфизическаякультура					
2.1	Гимнастикасосновамиакробатики	12			
2.2	Легкаяатлетика	20			
2.3	Подвижныеиспортивныеигры	20			
2.4	Модуль«Футболдлявсех»	34			
Итогопоразделу		86			

Раздел3.Прикладно-ориентированнаяфизическаякультура					
3.1	Подготовкаквыполнениюнормативных	4			
	требованийкомплексаГТО				
Итогопоразделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВОЧАСОВ ПОПРОГРАММЕ		102	1,5	97.5	

3 КЛАСС

№ п/п	**Темаурока**	**Количествочасов**			**Электронныецифровыеобразовательныересурсы**		
		Всего	**Контрольные работы**	**Практические работы**			Библиотека ЦОК
1	Физическая культура у древних народов	1	0	1			Библиотека ЦОК
2	История появления современного спорта	1	0	1			Библиотека ЦОК
3	Виды физических упражнений	1	0	1			Библиотека ЦОК

4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	0	1			Библиотека ЦОК
5	Дозировка физическихнагрузок Входная контрольная	1	0,5	0,5			Библиотека ЦОК
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	0	1			Библиотека ЦОК
7	Утренняязарядка,составление индивидуальных комплексов	1	0	1			Библиотека ЦОК
8	История зарождения футбола как вида	1	0	1			Библиотека ЦОК
9	Футбольный словарь терминов и определений. Спортивные дисциплины вида спорта«Футбол»	1	0	1			Библиотека ЦОК
10	Футбол, как средство укрепленияздоровья, закаливания и развития физических качеств	1	0	1			Библиотека ЦОК
11	Правила безопасности и культура поведения во время посещений соревнований по футболу	1	0	1			Библиотека ЦОК
12	Соблюдение личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви для занятий футболом	1	0	1			Библиотека ЦОК
13	Первые внешние признаки утомления.Способы самоконтроля за физической нагрузкой, Соблюдение питьевогорежима	1	0	1			Библиотека ЦОК
14	Уход за спортивным инвентарем и оборудованием при занятиях футболом	1	0	1			Библиотека ЦОК
15	Причины возникновения ошибок при выполнении технических приемов и способы их устранения	1	0	1			Библиотека ЦОК

16	Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с мячом и без мяча. Техника передвижения и специально-беговые упражнения	1	0	1			Библиотека ЦОК
17	Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений с мячом и без мяча. Техника передвижения и специально-беговыеупражнения	1	0	1		Библиотека ЦОК	
18	Комплексы специальных упражнений для развитияфизическихкачеств,технических приемовиупражненийначастотудвиженийног	1	0	1		Библиотека ЦОК	
19	Комплексы специальных упражнений для развития физических качеств, технических приемов и упражнений на частоту движений ног	1	0	1		Библиотека ЦОК	
20	Подвижные игры без мячей	1	0	1		Библиотека ЦОК	
21	Подвижные игры без мячей.	1	0	1		Библиотека ЦОК	
22	Подвижные игры с мячами	1	0	1		Библиотека ЦОК	
23	Подвижные игры с мячами.	1	0	1		Библиотека ЦОК	
24**2ч**	Подвижные игры и эстафетыспециальной направленности с элементами футбола	1	0	1		Библиотека ЦОК	
25	Подвижные игры и эстафеты специальной направленности с элементами футбола.	1	0	1		Библиотека ЦОК	
26	Ведение мяча ногой-внутреннейстороной стопы	1	0	1		Библиотека ЦОК	
27	Ведение мяча ногой-внутреннейчастьюподъема, внутренней стороной стопы.	1	0	1		Библиотека ЦОК	

28	Развороты с мячом-подошвой,внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы.	1	0	1		Библиотека ЦОК
9	Развороты с мячом-подошвой,внешней стороной стопы, внутренней стороной стопы	1	0	1		Библиотека ЦОК
30	Удары по мячу ногой-внутренней стороной стопы,средней частью подъема,внутренней частью подъема	1	0	1		Библиотека ЦОК
31	Удары по мячу ногой –внутренней стороной стопы,средней частью подъема,внутренней частью подъема.	1	0	1		Библиотека ЦОК
32	Остановка мяча ногой-подошвой,внутренней стороной стопы	1	0	1		Библиотека ЦОК
33	Остановка мяча ногой-подошвой,внутренней стороной стопы.	1	0	1		Библиотека ЦОК
34	Обманные движения(«финты»)-«остановка» мяча ногой, «уход» в сторону	1	0	1		Библиотека ЦОК
35	Обманные движения(«финты»)-«остановка» мяча ногой, «уход» в сторону.	1	0	1		
36	Игровые упражнения в парах и тактические действия	1	0	1		Библиотека ЦОК
37	Игровые упражнения в парах,в тройках и тактические действия	1	0	1		Библиотека ЦОК

38	Учебные игры,участие в фестивалях и соревновательных по футболу	1	0	1		Библиотека ЦОК
39	Учебные игры,участие в фестивалях и соревновательных по футболу.	1	0	1		Библиотека ЦОК

40	Учебные игры,участие в фестивалях и соревновательных по футболу.	1	0	1		Библиотека ЦОК
41	Учебные игры,участие в фестивалях и соревновательных по футболу,	1	0	1		Библиотека ЦОК
42	Закаливание организма под душем	1	0	1		Библиотека ЦОК
43	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1	0	1		Библиотека ЦОК
44	Строевыекомандыиупражнения	1	0	1		Библиотека ЦОК
45	Лазанье по канату	1	0	1		Библиотека ЦОК
46	Лазанье по канату	1	0	1		Библиотека ЦОК
47	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1		Библиотека ЦОК
48 3ч	Прыжки через скакалку	1	0	1		Библиотека ЦОК

49	Танцевальные упражнения	1	0	1		Библиотека ЦОК
50	Танцевальные упражнения	1	0	1		Библиотека ЦОК
51	Акробатическая комбинация.	1	0	1		Библиотека ЦОК
52	Акробатическая комбинация.	1	0	1		Библиотека ЦОК
53	Акробатическая комбинация.	1	0	1		Библиотека ЦОК
54	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		Библиотека ЦОК
55	Спортивная игра баскетбол	1	0	1		Библиотека ЦОК
56	Ведение баскетбольного мяча.Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		Библиотека ЦОК
57	Ведение баскетбольного мяча.Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		Библиотека ЦОК
58	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1		Библиотека ЦОК

59	Броски набивного мяча.	1	0	1				Библиотека ЦОК

60	Броски набивного мяча.	1	0	1			Библиотека ЦОК
61	Бросок баскетбольного мяча,работавпарах	1	0	1			Библиотека ЦОК
62	Прыжки через скакалку.(1мин)	1	0	1			Библиотека ЦОК
63	Спортивные эстафеты.	1	0	1			Библиотека ЦОК
64	Подвижные игры с приемами баскетбола.	1	0	1			Библиотека ЦОК
65	Подвижные игры с приемами баскетбола.	1	0	1			Библиотека ЦОК
66	Ловля и передача мяча двумя руками.	1	0	1			Библиотека ЦОК
67	Ловля и передача мяча двумя руками.	1	0	1			Библиотека ЦОК
68	Бросок баскетбольного мяча в корзину	1	0	1			Библиотека ЦОК
69	Бросок баскетбольного мяча в корзину	1	0	1			Библиотека ЦОК
70	Игровой урок.Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК
71	Игровой урок.Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК
72	Спортивная игра волейбол	1	0	1			Библиотека ЦОК

73	Приемы и передачи мяча снизудвумя руками	1	0	1			Библиотека ЦОК
74	Приемыиипередачимячаснизудвумяруками	1	0	1			Библиотека ЦОК
75	Прямая нижняя подача, приѐм и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1			Библиотека ЦОК
76	Приём и передача мяча снизудвумя руками на месте и в движении	1	0	1			Библиотека ЦОК
77	Приём и передача мяча снизудвумя руками на месте и в движении	1	0	1			Библиотека ЦОК
78	Спортивная игра пионербол,волейбол	1	0	1			Библиотека ЦОК
79	Спортивнаяиграпионербол,волейбол	1	0	1			Библиотека ЦОК
80 4ч	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой Прыжок в длину с места. Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК
81	Прыжок в длину с места.Подвижныеигры.	1	0	1			Библиотека ЦОК
82	Метание мяча на дальность.Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК
83	Метание мяча на дальность.Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК
84	Челночный бег.Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК

85	Беговые упражнения в чередовании с ходьбой до 1км.	1	0	1			Библиотека ЦОК
86	Беговые упражнения.Равномерный бегдо10мин.	1	0	1			Библиотека ЦОК
87	Беговые упражнения.Равномерный бегдо12мин.	1	0	1			Библиотека ЦОК
88	Бегс ускорением на короткую дистанцию(30,60м)	1	0	1			Библиотека ЦОК
89	Бегс ускорением на короткую дистанцию(30,60м)	1	0	1			Библиотека ЦОК
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10м	1	0	1			Библиотека ЦОК
91	Бегсускорениемнакороткуюдистанцию	1	0	1			Библиотека ЦОК
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	0	1			Библиотека ЦОК
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекс а ГТО. Бег на1000м	1	0	1			Библиотека ЦОК
94	Беговые упражнения в чередовании с ходьбой до 1км.	1	0	1			
95	Промежуточная аттестация	1	1	0			Библиотека ЦОК
96	Метание мяча на дальность. Подвижные игры.	1	0	1			Библиотека ЦОК

97	Челночный бег. Подвижные игры.	1	0	1		Библиотека ЦОК
98	Беговые упражнения в чередовании с ходьбой д 1км.	1	0	1		Библиотека ЦОК

99	Прыжок в длинус разбега	1	0	1				Библиотека ЦОК
100	Прыжок в длинус разбега	1	0	1				Библиотека ЦОК
101	Беговые упражнения в чередовании с ходьбой до 1км.	1	0	1				Библиотека ЦОК
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	0	1				Библиотека ЦОК
ОБЩЕЕКОЛИЧЕСТВОЧАСОВПОПРОГРАММЕ		102	1,5	101,5				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕУЧЕБНЫЕМАТЕРИАЛЫДЛЯУЧЕНИКА

• Физическаякультура,1-4классы/ЛяхВ.И.,Москва«Просвещение»2021г

• Физическаякультура,3классы/МатвеевА.П,Москва«Просвещение»2024г

МЕТОДИЧЕСКИЕМАТЕРИАЛЫДЛЯУЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Москва«Просвещение»2021г
Физическаякультура,1классы/МатвеевА.П,Москва«Просвещение»2024г
Физическаякультура,2классы/МатвеевА.П,Москва«Просвещение»2024г

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

При реализации программы по физической культуре на уровне основного общего образования используются электронные образовательные ресурсы, утверждённые Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23июля 2025 г № 551 «Об утверждении федерального перечня электронных образовательных ресурсов , допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, среднего общего образования»