

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение г. Иркутска  
средняя общеобразовательная школа № 16

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей

спортивно-эстетическо-  
го цикла

Протокол № 1

от « 28 » августа 2019г.

Сф / Чернышёв Е.С.  
Председатель МО

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

« 28 » августа 2019г.

Савчина Анна Владимировна Н.В.  
подпись ФИО

УТВЕРЖДАЮ

Приказ № 164а/01  
от « 28 » августа 2019г.

Помазкина Н.В.  
Директор МБОУ г. Иркутска СОШ № 16



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

ФГОС НОО, базовый уровень 2класс

Разработчик:

Савчина Анна Владимировна

учитель физической культуры

первая квалификационная

категория

## Планируемые результаты освоения предмета

### Планируемые предметные результаты освоения «физической культуры»

*В результате изучения теоретического раздела предмета «Физическая культура» обучающиеся научатся:*

1. Называть основные части урока физической культуры;
2. Перечислять элементарные основы обучения прыжкам в длину, метанию мяча и гимнастическим упражнениям;
3. Различать виды эстафет (игровая, спортивная, встречная);
4. Называть основные гимнастические снаряды и упражнения;
5. Называть спортивный инвентарь;
6. Называть физические качества.

Обучающие получают возможность научиться: объяснять основы обучения прыжкам в длину, метанию мяча и гимнастическим упражнениям; организовывать встречные эстафеты; понимать основы развития выносливости, координационных способностей и гибкости.

Теоретические разделы:

1. «Здоровый образ жизни»;
2. Сравнивать и различать пищевые продукты, питьевой режим;
3. Основы анатомии человека.
4. «Спорт»-определять дисциплины легкой атлетике и правила игры в футбол;
5. Перечислять виды спорта, которыми можно начинать заниматься второклассникам.

*В результате изучения практического раздела предмета «Физическая культура» обучающиеся научатся:*

- \*выполнять ОРУ с предметами и без;
- \*упражнения на развитие физических качеств, упражнения для профилактики плоскостопия и формирование осанки;
- \*выполнять метание теннисного мяча на дальность;
- \*выполнять бег с изменением направления и специальные беговые;
- \*выполнять висы и уверенное лазанье по шведской стенке;
- \*называть правила подвижных игр;
- \*выполнять простые технические действия и приемы из спортивных игр;
- \*играть в футбол по упрощенным правилам;
- \*выполнять тестовые упражнения.
- \*играть в пионер бол;
- \*управлять эмоциями в процессе игровой деятельности;
- \*сохранять правильную осанку и эстетически красиво выполнять простые гимнастические и акробатические упражнения.

**Личностными результатами** изучения курса «Физическая культура» является:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности, этических чувств, доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей ;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

– формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Метапредметными результатами** изучения курса «Физическая культура» является:

- соблюдение правил безопасного поведения на уроках, дома, на улице и на природе;
- использование физической подготовленности в активной деятельности, в том числе учебной;
- ведение здорового образа жизни с активным применением знаний областей «Физическая культура», «Окружающий мир», «Технология»;
- участие в спортивной жизни класса, школы;
- продуктивное сотрудничество со сверстниками в спортивно – игровой деятельности.

**Предметными результатами** изучения курса «Физическая культура» является:

– формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

#### Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет (мальчики)

№ п / п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	7	7,5 и более	7,3-6,2 7,0-6,0	5,6 и менее 5,4
			8			
			9			
			10			
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	7	11,2 и более	10,8-10,3 10,0-9,5	9,9 и менее 9,1
			8			
			9			
			10			
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7	100 и менее	115-135 125-145 130-150	155 и более 165 175
			8			
			9			
			10			
				110	140-160	185
				120		

				130		
4	Выносливость	6-минутный бег, м	7 8 9 10	700 и менее 750 800 850	730-900 800-950 850-1000 900-1050	1100 и более 1150 1200 1250
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	7 8 9 10	1 и менее 1 1 2	3-5 3-5 3-5 4-6	9 и более 7,5 7,5 8,5
6	Силовые	Подтягивание: на высокой перекладине из виса, кол-во раз	7 8 9 10	1 1 1 1	2—3 2—3 3—4 3—4	4 и выше 4 5 5

**Уровень физической подготовленности учащихся 7-10 лет  
(девочки)**

№ п / п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень		
				Низкий	Средний	Высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	7 8 9 10	7,6 и более 7,3 7,0 6,6	7,5-6,4 7,2-6,2 6,9-6,0 6,5-5,6	5,8, и менее 5,6 5,3 5,2
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	7 8 9 10	11,7 и более 11,2 10,8 10,4	11,3- 10,6 10,7- 10,1 10,3-9,7 10,0-9,5	10,2 и менее 9,7 9,3 9,1
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см	7 8 9 10	90 и менее 100 110 120	110-130 125-140 135-150 140-155	150 и более 155 160 170
4	Выносливость	6-минутный бег, м	7 8 9 10	500 и менее 550 600 650	600-800 650-850 700-900 750-950	900 и более 950 1000 1050
5	Гибкость	Наклон	7	2 и	6-9	11,5 и

		вперед из положения сидя, см	8 9 10	менее 2 2 3	6-9 6-9 7-10	более 12,5 13,0 14,0
6	Силовые	Подтягивание: на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	7 8 9 10	2 и ниже 3 3 4	4—8 6—10 7—11 8—13	12 и выше 14 16 18

**Требования к уровню подготовки обучающихся (повышенный уровень):** умение применить свои навыки в соревновательной деятельности на внешнем уровне.

Система оценки планируемых результатов:

Оценивание результатов учащихся по предмету «Физическая культура» осуществляется во время текущего, тематического и итогового контроля.

*Текущий контроль* позволяет учителю получить сведения о ходе овладения учащимся программным материалом. Это даёт возможность оценить правильность выбранной методики обучения.

В процессе урока текущая отметка может быть выставлена за любые слагаемые программного материала: усвоение знаний и контрольного двигательного умения, достигнутый уровень в развитии двигательных способностей, выполнение домашних, самостоятельных заданий, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность. В отдельных случаях учитель суммирует все полученные за урок оценки в один поурочный балл.

*Текущая оценка* на разных этапах обучения двигательному действию имеет свои особенности. При начальном разучивании техники предъявляется меньше требований, а самодвижение выполняется в облегчённых условиях. На этапе повторения двигательного действия оно выполняется в более сложных, специально созданных условиях. Наконец, на этапе совершенствования - в условиях соревнований, игры или в усложнённых комбинациях.

*Тематический контроль* – это оценивание выполнения упражнений во время учётных уроков после прохождения соответствующей темы: учёт по бегу на 30 м, 60 м, 1 км; учёт по выполнению строевых команд, акробатических элементов отдельно и в комбинации; учёт по выполнению строевых команд, висов, подтягиванию в висах.

К *тематическому контролю* отнесено выполнение контрольных упражнений, указанных в табл. 1, 2 в начале учебного года.

*Итоговый контроль* включает выполнение контрольных упражнений в конце года.

Используемый для контроля материал: комплексная программа физического развития учащихся 1-11 классов.

## Тематическое планирование состоит из основных блоков – модулей

Срок реализации рабочей учебной программы – 1 учебный год.

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов	
		Программа учебного предмета	Рабочая программа
1.	Теоретическая часть	10	10
	<b>Практическая часть:</b>	<b>74</b>	<b>92</b>
2.	Легкая атлетика.	25	25
3.	Спортивные игры	21	24
4.	Гимнастика с основами акробатики	14	18
5.	Подвижные игры	14	18
6.	Кроссовая подготовка	-	7
	<b>Итого</b>	<b>84</b>	<b>102</b>

Пояснения о необходимости изменения количества часов: в связи с отсутствием материальной базы для раздела «Передвижение на лыжах», «Передвижение на коньках», указанной в примерной программе учебного предмета в связи с ограниченными возможностями материальной базы, а также за счет часов, предусмотренных в вариативной части, нагрузка по указанным в таблице разделам не пропорционально изменена и может быть заменена кроссовой подготовкой, в соответствии с индивидуальными особенностями детей, а также доступным материальным обеспечением.

Рабочей программой предусмотрено проведение:

- Плановых контролей (тестирований) физической подготовки 17 ч.
- Теоретическая часть: 10 ч.
- Практических работ: 75ч.

п/п	Тема (раздел, глава)	Всего Часов	В том числе:		Примечание
			Практическая часть	Контроль	
1.	Основы знаний.	10	9	1	
	Физическое совершенствование:				
2.	Легкая атлетика.	25	11	14	
3.	Спортивные игры	24	24	0	
4.	Гимнастика с основами акробатики	18	16	2	
5.	Подвижные игры	18	18	0	
6.	Кроссовая подготовка	7	6	1	
	<b>Итого:</b>	102	84	18	

## Содержание учебного предмета

Программа состоит из двух разделов – теоретической и практической части.

Содержание **раздела теоретической подготовки** включает пять содержательных блоков.

**Блок №1. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.**

Урок физической культуры: подготовительная часть. Основы обучения прыжкам в длину, метанию мяча и гимнастическим упражнениям. Встречные эстафеты, командные игры на примере волейбола. Роль капитана команды. Основные гимнастические снаряды и упражнения. Физические качества. Развитие координационных способностей и гибкости. Повороты и спуски на лыжах. Спортивный инвентарь и правила выбора лыжного инвентаря, коньков и спортивной обуви.

**Блок №2. Здоровый образ жизни.**

Особенности режима дня для I и II смены обучения. Расширение арсенала упражнений для комплексов утренней гимнастики и укрепление мышц, обеспечивающих правильную осанку. Комплекс упражнений пальчиковой гимнастики. Продолжение изучения основ рационального питания. Питьевой режим.

**Блок №3. Начальные основы анатомии человека.**

Физическое развитие: рост и вес. Способы их измерения.

**Блок №4. Спорт.**

Легкая атлетика: метание мяча, метание диска и копья. Футбол: основные правила и приемы игры. Виды спорта, подходящие для возраста 8-9 лет: лыжные гонки, горнолыжный спорт, конькобежный спорт, шорт-трек, баскетбол, спортивное ориентирование, бадминтон, легкая атлетика.

**Блок №5. «История физической культуры и Олимпийское образование»**

Олимпийские игры и Олимпийские зимние игры. Метание диска и копья в древности .

**Ценностные ориентиры содержания предмета.**

Ценностные ориентиры содержания образования сформулированы в ФГОС и Примерной основной образовательной программе. В силу особенностей учебного предмета выделяем *ценности*:

- *патриотизма и Российской гражданственности* (любовь к России и российскому народу; гордость за Россию, достижения её граждан, в т.ч. за спортивные успехи российских атлетов);
- *нравственных чувств* (нравственный выбор; справедливость; честность, честь; достоинство, ответственность и чувство долга; уважение к учителям и товарищам; милосердие, забота и помощь; толерантность);
- *трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни* (уважение к труду; творчество и созидание; стремление к познанию и истине; целеустремлённость и настойчивость);
- *природы и окружающей среды* (родная земля, природные факторы, как средства физического воспитания);
- *прекрасного* (красота; гармония; духовный мир человека и его телесность; эстетическое развитие; самовыражение в творчестве и спорте);
- *здоровья* (сохранение здоровья, здоровый образ жизни, безопасное поведение).

Региональный компонент на уроках физической культуры реализуется интегрировано. Уроки с включением регионального компонента выделены в программе значком **РК**.

### **Легкая атлетика. (25 часов)**

Бег: равномерный, с ускорением, с изменением частоты и длины шагов, челночный бег. Бег с изменением направления. Эстафеты линейные и встречные.

Характеристика видов деятельности учащихся. Осваивать технику бега различными способами. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации движения при выполнении беговых упражнений. Соблюдение ТБ.

Прыжки: на месте и с поворотом на 180°, через препятствия, в длину с места, со скакалкой. Прыжки с ноги на ногу на месте и с продвижением (многоскоки), с двух ног на две и с продвижением вперед. Характеристика видов деятельности учащихся. Осваивать технику прыжковых упражнений и проявлять физические качества. Соблюдение ТБ. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при изучении и выполнении прыжковых упражнений.

Метания теннисного мяча на дальность и точность.

Характеристика видов деятельности учащихся. Осваивать технику метания теннисного мяча на дальность. Соблюдать правила ТБ. при метании теннисного мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании теннисного мяча.

### **Гимнастика с основами акробатики. (18 часов)**

Организующие команды и приемы: повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два», перестроение по двое и трое в шеренге и колонне; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, по диагонали и противходом.

Характеристика видов деятельности учащихся. Осваивать универсальные умения при выполнении организующих команд. Различать и выполнять изучаемые строевые команды.

### **Акробатические упражнения.**

Перекаты в группировке вперед и назад, из положения лежа на спине стойка на лопатках. Простые акробатические комбинации.

Характеристика видов деятельности учащихся. Осваивать технику изучаемых акробатических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Проявлять координационные способности, гибкость и силу при выполнении упражнений и демонстрировать технику выполнения изученных комбинаций.

Гимнастические упражнения прикладного характера: танцевальные упражнения, упражнения на низкой перекладине. Висы и лазанья на шведской стенке.

Характеристика видов деятельности учащихся. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.

### **Подвижные (18 часов) и спортивные игры (24 часа).**

Подвижные игры: разнообразные игры (игры народов мира, игры на развитие физических качеств, дисциплинированность и т.д. Эстафеты, эстафеты с предметами.

Характеристика видов деятельности учащихся. Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Уметь управлять своими эмоциями.

Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.

Футбол остановка катящегося мяча; ведение мяча внутренней и внешней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу, между стойками, с обводкой стоек; остановка катящегося мяча внутренней частью стопы.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком; бег спиной вперед; остановка в шаге и прыжком; ведение мяча на месте и в движении и с остановками; броски мяча по баскетбольному щиту.

Волейбол: подводящие упражнения для обучения передачам, подачам в парах и в стенку. Игра пионербол.

Характеристика видов деятельности учащихся. Осваивать технические действия из спортивных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх





## Тематическое планирование.

2 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
	Теоретическая часть. Физическая культура (3ч.)	
1.	Легкая атлетика. Спринт в л/а. Инструктаж по ТБ. Комплекс УУГ№1. Система разнообразных форм занятий упражнениями.	1 (1)
2.	Физические качества. Лёгкая атлетика: особенности спринта в л/а. ТБ при занятиях на улице	1 (2)
3.	Лыжный инвентарь. Выбираем коньки и спортивную обувь Ходьба через несколько препятствий. Бег 30 метров	1 (3)
	Практическая часть. Легкая атлетика (Л/А) (15ч.)	
4.	Ходьба и Бег. Бег 30 метров	1 (4)
5.	Бег 30,60 метров Игра «Змея». Челночный бег 4*9 метров	1 (5)
6.	Бег 30,60 метров. Игра «Змея»	1 (6)
7.	Контроль 30,60 метров. Игра «Команда быстроногих»	1 (7)
8.	Контроль наклон вперед из положения стоя	1 (8)
9.	Прыжок в длину с места.	2 (9-10)
10.	Прыжок в высоту с разбега.	2 (11-12)
11.	Кросс 6 мин.	1 (13)
12.	Инструктаж по Т.Б. Метание мяча в цель	1 (14)
13.	Метание мяча с места на дальность	1 (15)
14.	Метание малого мяча с места на заданное расстояние	1 (16)
15.	Метание набивного мяча из положения сидя ноги врозь	1 (17)
16.	Метание набивного мяча из положения стоя ноги врозь	1 (18)
	Практическая часть. Гимнастика с основами акробатики (18 ч)	
17.	Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения	1 (19)
18.	Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой	1 (20)
19.	Кувырка вперед	1 (21)
20.	Стойка на лопатках	1 (22)
21.	Мост из положения, лежа на спине	1 (23)
22.	Освоение техники выполнения акробатических упражнений	1 (24)
23.	Висы. Гимнастические упражнения	1 (25)
24.	Передвижение и повороты на рейке гимнастической скамьи.	1 (26)
25.	Вис на согнутых руках. Вис, стоя и лёжа	1 (27)

26.	Подтягивание в висе.	1 (28)
27.	Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке	2 (29-30)
28.	Упражнения на развитие равновесия	2 (31-32)
29.	Опорный прыжок	2 (33-34)
30.	Лазанье по канату	1 (35)
31.	Прыжки на скакалке	1 (36)
	Теоретическая часть. Здоровый образ жизни (2ч)	
32.	Режим дня. Комплекс утренней гимнастики	1 (37)
33.	Правильная осанка. Питьевой режим	1 (38)
	Практическая часть. Подвижные игры (18 ч)	
34.	Инструктаж по Т.Б. Игры: «Лиса и куры»	1 (39)
35.	Игры: Удочка». Эстафеты	1 (40)
36.	Игры: «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки».	2 (41-42)
37.	Игры: «Заяц в огороде», «Метко в цель».	1 (43)
38.	Игры: «Кто дальше бросит», «Заяц в огороде».	1 (44)
39.	Игры: «Река и берега», «Кто обгонит».	1 (45)
40.	Игры: «Вызов номеров», «Река и берега».	2 (46-47)
41.	Эстафеты	1 (48)
42.	Игры: «Кто дальше бросит», «Волки во рву».	1 (49)
43.	Игры: «Кто дальше бросит», «Бульдоги».	1 (50)
44.	Игры: «Пустое место», «К своим флажкам».	2 (51-52)
45.	Игры: «Кузнечики», «Попади в мяч».	2 (53-54)
46.	Игры: «Паровозики», «Наступление»	2 (55-56)
	Теоретическая часть (2ч) Начальные основы анатомии человека	
47.	Физическое развитие. Комплекс утренней гимнастики №3	1 (57)
48.	Мое здоровье: молочные продукты. Координация	1 (58)
	Практическая часть. Спортивные игры (24 ч)	
49.	Инструктаж по Т.Б. подвижные игры на основе футбола	1 (59)
50.	Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в	1 (60)

	горизонтальную мишень	
51.	Ведение мяча между предметами и с обводкой предметов	1 (61)
52.	Игра «Мяч - среднему»	1 (62)
53.	Удар ногой с разбега по неподвижному и катящемуся мячу в вертикальную мишень	1 (63)
54.	Игра «Борьба за мяч», «Играй, играй, мяч не теряй»	1 (64)
55.	Игра «Смена мест в кругу». Эстафеты с ведением мяча	2 (65-66)
	Теоретическая часть Спорт (1 ч)	
56	Виды спорта	1(67)
	Практическая часть (продолжение)	
57	Инструктаж по ТБ Подвижные игры на основе баскетбола	1(68)
58	Передача мяча игрокам команды. Игра: «Обгони мяч»	1(69)
59	Специальные передвижения остановка прыжком с двух шагов; ведение мяча вокруг стоек.	1(70)
60	Обучение броску по кольцу	2(71-72)
61	Игра «Мяч водящему», мини-баскетбол.	1(73)
62	Игра «Школа мяча», мини-баскетбол	1(74)
63	Инструктаж по ТБ. Подвижные игры на основе волейбола	1(75)
64	Передача мяча сверху двумя руками над собой, в стену, вперёд, вверх	1(76)
65	Упражнения для обучения подачам	1(77)
66	Броски и ловля в парах, тройках лёгкого резинового мяча	1(78)
67	Перебрасывание через сетку	1(79)
68	Игра «Попади в обруч», пионербол	1(80)
69	Игра «Мяч соседу», пионербол	1(81)
70	Игра «У кого меньше мячей», пионербол	1(82)
71	Игра «Играй, играй, мяч не давай», пионербол.	1(83)
	Теоретическая часть История физической культуры и Олимпийское образование (2ч)	
72	Олимпийские игры и Олимпийские зимние игры	1(84)
73	Метание диска и копья в древности. Комплекс утренней гимнастики №4	1(85)
	Кроссовая подготовка (7 ч)	
74	Инструктаж Т.Б. Бег по пересечённой местности 4 мин.	1(86)
75	Бег по пересечённой местности 5 мин.	2(87-88)
76	Бег по пересечённой местности 6 мин.	1(89)
77	Бег по пересечённой местности 7 мин.	1(90)
78	Бег по пересечённой местности 8 мин.	1(91)
79	Контроль по бегу 1км без остановки без учёта времени	1(92)

	Лёгкая атлетика (10 ч)	
80	Инструктаж Т.Б.Ходьба и бег	1(93)
81	Контрольное упражнение челночный бег 4*9м	1(94)
82	Встречная эстафета.	1(95)
83	Контрольное упражнение- бег 30,60 м.	1(96)
84	Контрольное упражнение - прыжок в длину с места	1(97)
85	Контрольное упражнение -наклон вперед из положения стоя	1(98)
86	Контрольное упражнение -подтягивание	1(99)
87	Метание мяча. Контрольное упражнение:6 – мин. бег	1(100)
88	Метание мяча с места на дальность и на заданное расстояние	1(101)
89	Метание набивного мяча вперед - вверх на дальность и на заданное расстояние	1(102)

**6.Листкоррекции программы**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата по плану</b>	<b>Дата по факту</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Примечание</b>

## **7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

*Печатные пособия:*

1. Стандарт начального общего образования по физической культуре.
2. Книги и журналы по физической культуре. Спорту и здоровому образу жизни.

*Технические средства обучения:*

1. Музыкальный центр
2. Аудиозаписи

*Учебно-практическое оборудование:*

1. Козёл гимнастический
2. Перекладина гимнастическая (пристеночная)
3. Стенка гимнастическая
4. Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
5. Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
6. Мячи: набивные весом 1 кг, 1,5 кг, 2 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные, резиновые лёгкие.
7. Палка гимнастическая, эстафетные палочки
8. Скакалки детские
9. Мат гимнастический
10. Кегли, конусы
11. Обруч пластиковый детский
12. Флажки: разметочные с опорой, стартовые
13. Лента финишная
14. Рулетка измерительная
15. Щит баскетбольный тренировочный
16. Сетка для переноски и хранения мячей
17. Аптечка для оказания первой помощи
18. Секундомер
19. Свисток игровой
20. Гимнастический подкидной мостик
21. Стойка для прыжков в высоту с перекладиной
22. Сетка волейбольная

Рабочая программа по физической культуре составлена на основании авторской программы «Программа по предмету « Физическая культура» (1 – 4 классы). А.В.Шишкина. Москва. Академкнига/Учебник. 2013г.