

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

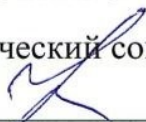
Министерство образования Красноярского края

Администрация Козульского района

МБОУ "Чернореченская СОШ №2 им.В.Д.Солонченко"

РАССМОТРЕНО

педагогический совет

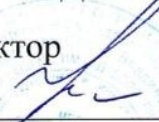


Воронович Н.В.

Приказ №275 от «31»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Воронович Н.В.

приказ №275 от «31»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 760779)

**учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 4 класса**

п. Новочернореченский 2023

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 физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования 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.

Место учебного предмета в учебном плане

На изучение физической культуры в 4 классе отводится 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 4 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Лёгкая атлетика

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

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

К концу обучения в 4 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4КЛАСС

№ 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	Знания о физической культуре	2	1	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	0	3	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	2	https://resh.edu.ru/subject/9/4/
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4595/
1.2	Закаливание организма	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/4/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	8	0	8	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
2.2	Легкая атлетика	11	0	11	- https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
2.3	Лыжная	13	2	11	https://resh.edu.ru/subject/lesson/

	подготовка				6221/
2.4	Подвижные и спортивные игры	14	2	14	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
Итого по разделу		46			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	13	2	11	- https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/9
Итого по разделу		13			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
4 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электрон ные цифровы е образова тельные ресурсы
		всего	контрольны е работы	практические работы		
1.	Вводный ИОТ на уроках физическая культура. Подвижные игры	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/
2.	История физической культуры в России. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс ГТО	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/
3.	Правила выполнения беговых упражнений Комплекса ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/9
4.	Освоение навыков бега, развитие скоростных способностей	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
5.	Контрольная работа	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/
6.	Освоение навыков бега, развитие скоростных способностей	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
7.	Правила выполнения силовых	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/9

	упражнений Комплекса ГТО.					
8.	Освоение навыков прыжков, развитие силовых способностей	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
9.	Совершенствование навыков прыжков, развитие силовых способностей	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/

10.	Овладение навыками метания. Подвижная игра	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
11.	Совершенствование навыков метания. Подвижная игра	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
12.	ИОТ по подвижным играм. Подведение итогов модуля.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
13.	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
14.	Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
15.	Игры на закрепление и совершенствование навыков метания.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
16.	Техника приема и передачи мяча двумя руками в движении приставными шагами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
17.	Выполнение подачи через сетку в разные зоны волейбольной площадки	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
18.	Техника передачи волейбольного мяча через сетку	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
19.	Полоса препятствий.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/

20.	Контроль двигательных навыков.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
21.	Подведение итогов. Подвижные игры	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/
22.	ИОТ на уроках по гимнастики. Освоение строевых упражнений	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
23.	История физической культуры в России .Акробатика как вид спорта	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/
24.	Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
25.	Упор лежа, из положения лежа на полу. Кувырок вперед, из положения упора присев	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
26.	Кувырок назад, из упора присев в стойку на коленях	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
27.	Техника опорного прыжка через гимнастического козла	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
28.	Подводящие упражнения для освоения опорного прыжка через гимнастического козла	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
29.	Техника выполнения висов на гимнастической перекладине. Освоение навыков равновесия.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/

30.	Техника переворота туловища вперед на гимнастической перекладине из виса стоя. Освоение навыков равновесия.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
31.	Контроль двигательных навыков.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/
32.	ИОТ на уроках по лыжной подготовке. Лыжные гонки как вид спорта	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
33.	Предупреждение обморожения на уроках лыжной подготовки. Правила выполнения упражнений по лыжной подготовке Комплекса ГТО	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
34.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
35.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
36.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
37.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
38.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
39.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/

40.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
41.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
42.	Освоение техники лыжных ходов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
43.	Контроль освоения техники лыжных ходов.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/
44.	Техника броска мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
45.	Бросок мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
46.	Передача мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
47.	Контроль техники ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
48.	Техника остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
49.	Техника передачи мяча во время его ведения. Техника передачи катящегося мяча	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/

50.	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
51.	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створ ворот	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
52.	Организация и проведение эстафет с ведением мяча	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
53.	Выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности в футболе	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/
54.	ИОТ на уроках по легкой атлетики. Теория: Самоконтроль	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
55.	Техника выполнения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
56.	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
57.	Контроль. Прыжок с разбега способом «перешагивания» на небольшую высоту.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
58.	Прыжки через препятствия. Подвижные игры	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
59.	Итоговая контрольная работа	1	1	0		https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/

						fizkultura/ 2021/02/08/ itogovaya- kontrolnaya- po- fizicheskoy- kulture-dlya- 1-4
60.	Анализ итоговой контрольной работы. Правила выполнения метания теннисного мяча в требованиях Комплекса ГТО	1	0	1		https:// nsportal.ru/ nachalnaya- shkola/ fizkultura/ 2021/02/08/ itogovaya- kontrolnaya- po- fizicheskoy- kulture-dlya-1- 4

61.	Правила выполнения метания теннисного мяча в требованиях Комплекса ГТО	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/9
62.	Подводящие упражнения для обучения метанию теннисного мяча.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
63.	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
64.	Совершенствование навыков бега и развитие выносливости	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
65.	Освоение навыков прыжков в длину с разбега, развитие силовых способностей	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
66.	Освоение навыков прыжков в длину с разбега, развитие силовых способностей	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
67.	Развитие физических качеств и двигательных навыков	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/
68.	Обобщающий урок по итогам обучения в 4 классе. Подвижные игры	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/conspect/?ysclid=llz7skswlt154010062
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство
«Просвещение», 2022 год

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

В.И Лях. Физическая культура (1-4 кл), Издательство "Просвещение", 2022 год

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://elib.mosreg.ru/bag/cards>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Спортивная энциклопедия: <http://ru.sport-wiki.org/>

РЭШ Физическая культура: <https://resh.edu.ru/subject/9/>

Сайт ВФСК ГТО: <https://www.gto.ru/>

Физкультура в школе: <http://www.fizkulturavshkole.ru/>

Физическая культура и спорт: <https://fk-i-s.ru/>