

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Родинская средняя общеобразовательная школа»  
Шипуновского района  
Алтайского края

**Согласовано**

Руководитель МО  
Мугумова МВ

Протокол № 4  
от «26» 08 2020г

**Согласовано**

Заместитель директора по УВР  
И.В. Богоявленская

Протокол № 8  
от «29» 08 2020 г.

**Утверждаю:**

Директор

О.И. Полова

Приказ № 44-пк

от «28» 08 2020 г.



**Рабочая программа**

**УЧЕБНОГО КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Образовательная область «Физическая культура»  
(ступень начального общего образования

для учащихся 1 класса

На 2020 – 2021 учебный год

**Рабочая программа составлена на основе программы**

«Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников системы «Школа России» 1-4 классы. Учебное пособие для общеобразовательных организаций». Автор: В.И. Ляха М: Просвещение, 2021 г.

Разработчик: Вопилова Галина Ивановна,  
учитель начальных классов  
1 квалификационной категории

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 1 класса разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатах начального общего образования, на основе авторской программы В.И. Ляха «Физическая культура» (Рабочие программы «Школа России» М.: «Просвещение», 2021г.). К учебнику В.И. Ляха «Физическая культура» 1-4 классы. М.: «Просвещение», 2013.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах **основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами**, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения

**Целью** школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;

- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

*Принцип демократизации* в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

*Принцип гуманизации* педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогики сотрудничества* — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

*Деятельностный подход* заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

*Интенсификация и оптимизация* состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей,

акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

## МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается с 1 по 4 класс из расчёта 3 ч в неделю (всего 405 ч): **в 1 классе — 99 ч**, во 2 классе — 102 ч, в 3 классе — 102 ч, в 4 классе — 102 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

### **Информация о внесенных изменениях в авторскую программу и их обоснование.**

Распределение учебного времени на прохождение базовой части программного материала по физической культуре в 1–4 классах составлено в соответствии с «Комплексной программой физического воспитания учащихся» (В.И.Лях). В связи с отсутствием плавательного бассейна программный материал и выделенные часы на изучение раздела «Плывание», заменены разделом «Подвижные игры» и распределены в течение года. Изучение знаний о физической культуре и способах

физкультурной деятельности изучаются учащимися в процессе урока. Количество планируемых часов сохранено.

## **ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Предметные результаты**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- \* овладение умениями организовывать 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 (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **Знания о физической культуре**

**Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

### **Способы физкультурной деятельности**

**Самостоятельные занятия.** Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

### **Физическое совершенствование.**

#### **Физкультурно-оздоровительная деятельность**

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

#### **Спортивно-оздоровительная деятельность**

**Гимнастика с основами акробатики.** *Организующие команды и приемы.*

Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

**Акробатические упражнения.** Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

**Акробатические комбинации.** Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

**Упражнения на низкой гимнастической перекладине:** висы, перемахи.

*Гимнастическая комбинация.* Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

*Опорный прыжок:* с разбега через гимнастического козла.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой.

Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

**Лёгкая атлетика.** *Беговые упражнения:* с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

*Прыжковые упражнения:* на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

*Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

*Лыжные гонки.* Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

### **Подвижные и спортивные игры.**

*На материале гимнастики с основами акробатики:* игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

*На материале легкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале лыжной подготовки:* эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию..

*На материале спортивных игр. Футбол:* удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

*Баскетбол:* специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

*Волейбол:* подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

## **Тематическое планирование. 1 класс**

№	Разделы программы	Кол-во часов
1	Знания о физической культуре	В процессе урока
2	Способы физкультурной деятельности	В процессе урока
3	<b>Физическое совершенствование</b>	
	<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>	В режиме дня и в процессе урока
	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	
	Легкая атлетика	22
	Гимнастика с основами акробатики	18
	Подвижные игры	26
	Подвижные игры на материале: Баскетбола	12
	Лыжные гонки	21
		Итого: 99ч

## **Календарно-тематический планирование.**

**1 класс (99ч)**



№	Наименование разделов и тем	Кол-во час.	Дата по плану	Дата по факт	Примечание
	<b>Лёгкая атлетика т 11ч</b>				
1	Инструктаж по ТБ. Ходьба под счет.	1	2.09		
2	Ходьба на носках, на пятках. Бег 30 м	1	4.09		
3	Разновидности ходьбы. Бег 60 м	1	7.09		
4	Бег с ускорением. Игра «Зайцы в огороде»	1	9.09		
5	Бег 60 м. Игра «Вызов номера»	1	11.09		
6	Прыжки на одной ноге, на двух на месте; с продвижением вперед.	1	14.09		
7	Прыжки на одной ноге, на двух на месте; с продвижением вперед.	1	16.09		
8	Прыжки с продвижением вперед. Игра «Лисы и куры»	1	18.09		
9	Метание малого мяча из положения стоя грудью в направлении метания.	1	21.09		
10	Метание малого мяча на заданное расстояние. Игра «Попади в мяч»	1	23.09		
11	Метание малого мяча на заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит»	1	25.09		К
	<b>Подвижные игры. 13ч</b>				
12	Инструктаж по ТБ. Эстафеты. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	1	28.09		
13-14	Эстафеты. Игры «К своим флажкам», «Два мороза»	2	30.09 2.10		
15-17	Эстафеты. Игры: «Пятнашки», «Два мороза»	3	5.10 7.10 9.10		
18-20	Эстафеты. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде»	3	12.10 14.10 16.10		
21-24	Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет»	4	19.10 21.10 23.10 2.11	16/11	
	<b>Гимнастика 18ч</b>				
25	Инструктаж по ТБ. Основная стойка. Построение в колонну по одному и в шеренгу, в круг.	1	4.11		
26-27	Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.	2	6.11 9.11		
28-29	Основная стойка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Лисы и куры».	2	11.11 13.11		
30	Основная стойка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Лисы и куры».	1	16.11		К

31	Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам.	1	18.11		
32	Размыкание на вытянутые в стороны руки. Игра «Змейка»	1	20.11		
33	Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Игра «Змейка»	1	23.11		
34	Лазание по гимнастической стенке.	1	25.11		
35	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев.	1	27.11		
36	Лазание по гимнастической стенке стоя на коленях. Игра «Ниточка и иголочка».	1	30.11		
37-39	Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях.. Игра «Ниточка и иголочка».	3	2.12 4.12 7.12		к
40-42	Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке. Игра «Ниточка и иголочка».	3	9.12 11.12 14.12		
<b>Подвижные игры на основе баскетбола 6 ч</b>					
43-45	<u>Инструктаж по ТБ</u> Бросок мяча снизу на месте. Игра «Школа мяча»	3	16.12 18.12 21.12		
46	Ловля мяча на месте. Игра «Играй, играй-мяч не теряй».	1	23.12		
47	Передача мяча снизу на месте. Игра «Играй, играй-мяч не теряй».	1	25.12		
48	Эстафеты с мячами.	1	28.12		
<b>Лыжные гонки 21ч</b>					
49	<u>Инструктаж по ТБ.</u> Переноска и надевание лыж	1	11.01		
50-52	Ступающий и скользящий шаг «Играй, играй-мяч не теряй».	3	13.01 15.01 18.01		
53-54	Ступающий шаг без палок «Играй, играй-мяч не теряй».	2	20.01 22.01		
55-56	Ступающий шаг с палками «Играй, играй-мяч не теряй»	2	25.01 27.01		
57-59	Скользящий шаг без палок «Играй, играй-мяч не теряй».	3	29.01 1.02 3.02		
60-62	Скользящий шаг с палками Игра «Школа мяча».	3	5.02 8.02 10.02		
63-65	Повороты переступанием. Игра «Школа мяча».	3	12.02 22.02 24.02		
66-67	Подъёмы и спуски под склон. Игра «Школа мяча».	2	26.02 1.03		
68	Подъём лесенкой наискось. Игра «Школа мяча».	1	3.03		
69	Передвижение на лыжах до 1 км. Игра «Школа мяча».	1	5.03		
<b>Баскетбол 6ч</b>					
70	<u>Инструктаж по ТБ</u> Бросок мяча снизу на месте в щит. Эстафеты с мячами.	1	10.03		
71	Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами	1	12.03		

72	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	1	15.03		
73	Ведение на месте правой и левой рукой. Броски в цель.	1	17.03		
74	Ловля и передача мяча в движении. Игра «У кого меньше мячей»	1	19.03		
75	Ведение мяча на месте правой и левой рукой. Игра «У кого меньше мячей»	1	2.04		к
<b>Подвижные игры 13 ч</b>					
76	<u>Инструктаж по ТБ</u> . Подвижная игра «Пятнашки».	1	5		
77-79	Подвижные игры «Лисы и куры», «Белые медведи».	3	7 9.04 12.04		
80-82	Подвижные игры «Прыгающие воробушки», «Охотники и утки»	3	14.04 16.04 19.04		
83-85	Подвижные игры «К своим флажкам». «Третий лишний»	3	21.04 23.04 26.04		
86-88	Подвижные игры «Зайцы в огороде», «Салки – догонялки»	3	28.04 30.04 03/05		
<b>Лёгкая атлетика 11ч</b>					
89	<u>Инструктаж по ТБ</u> Бег с изменением направления, ритма и темпа.. Бег 30 м. Подвижная игра «К своим флажкам»	1	5.04		
90-92	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег в заданном коридоре. Бег 60 м. Эстафеты	3	7.05 10.05 12/05		
93-95	Прыжок в длину с места. Эстафеты.	3	14.05 17.05 19.05		
96-97	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Эстафеты	2	21.05 24.05		
98	Метание малого мяча в цель с места, из различных положений; игра «Точный расчёт»	1	24.05		
99	Метание малого мяча в цель с 3–4 метров. Метание набивного мяча из разных положений. Игра «Метко в цель»	1	25.05		к
Итого:		99			

#### Учебно-методическое обеспечение

№ п/п	Авторы	Название	Год издания	Издательство
1	Лях В.И.	Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха 1-4 классы	2019	Москва «Просвещение»
2	Лях В.И.	Физическая культура 1-4. Учебник для общеобразовательных учреждений.	2013	Москва «Просвещение»

--	--	--	--	--

Лист корректировки

№ урока	Дата по прогр.	Дата факт.	Тема урока	Причина внесения изменений	№ приказа и дата	Роспись
