

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение городского
округа Королёв Московской области**

«Гимназия № 17»

РАССМОТРЕНО
Педагогическим Советом
Протокол №7 от 11.06.2026г.

СОГЛАСОВАНО
Заместителем директора
Родионовой А.Ю.
Протокол №3
от 11.06.2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Директором
Герасимовой В.А.
Приказ №131-0
От 11.06.2026г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 2-х классов (начальное общее образование)

(2 класс – 2 часа в неделю)

на 2026–2027 учебный год

(на основе федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура», ФГОС ООО и ФОП ООО)

Составитель: учитель физической культуры Павлов Анатолий Сергеевич

г. Королёв, 2026 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для 2 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО), Федеральной образовательной программы начального общего образования (ФОП НОО) и федеральной рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура», с учётом рабочей программы воспитания, и реализуется средствами учебно-методического комплекта «Школа России».

Курс формирует основы здорового образа жизни, развивает физические качества и двигательные умения средствами основной гимнастики, лёгкой атлетики, подвижных и спортивных игр, лыжной (кроссовой) подготовки и плавания (при наличии условий). Содержание и распределение часов соответствуют федеральной рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура».

Обучение является отметочным; применяется пятибалльная система оценивания наряду с формирующим оцениванием, самооценкой и взаимооценкой. Объём и время выполнения домашних заданий определяются в соответствии с гигиеническими нормативами (СанПиН).

2. Нормативно-правовая база

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми актами и методическими документами (по состоянию на 2026–2027 учебный год):

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции, в том числе с изменениями, внесёнными Федеральным законом от 24.09.2022 № 371-ФЗ);
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Минпросвещения России от 31.05.2021 № 286 (зарегистрирован в Минюсте России 05.07.2021 № 64100), с последующими изменениями;
- Федеральная образовательная программа начального общего образования, утверждённая приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 (зарегистрирован в Минюсте России 12.07.2023 № 74229), в действующей редакции;

- Приказ Минпросвещения России от 09.10.2024 № 704 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрирован в Минюсте России 11.02.2025 № 81220; вступил в силу с 01.09.2025);
- Приказ Минпросвещения России от 08.10.2025 № 729 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрирован в Минюсте России 03.12.2025 № 84436);
- Приказ Минпросвещения России от 10.11.2025 № 808 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрирован в Минюсте России 11.02.2026 № 85296);
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 и гигиенические нормативы СанПиН 1.2.3685-21;
- Федеральный перечень учебников, утверждённый приказом Минпросвещения России от 26.06.2025 № 495 (зарегистрирован в Минюсте России 28.07.2025 № 83082), в действующей редакции;
- Федеральный перечень электронных образовательных ресурсов, утверждённый приказом Минпросвещения России от 18.07.2024 № 499, в действующей редакции;
- Основная образовательная программа начального общего образования образовательной организации;
- Учебный план и календарный учебный график образовательной организации на 2026–2027 учебный год;
- Положение о рабочей программе учебного предмета (курса, модуля) образовательной организации;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся образовательной организации.

Примечание: реквизиты ООП НОО, учебного плана, календарного учебного графика, локальных актов и конкретной позиции Федерального перечня учебников вносятся

образовательной организацией самостоятельно; федеральные реквизиты подлежат проверке на актуальность редакции на дату утверждения программы.

3. Общая характеристика учебного предмета

Предмет имеет практико-ориентированный характер: укрепление здоровья, развитие координации, быстроты, выносливости, формирование правильной осанки и навыков безопасного поведения.

4. Цели и задачи изучения предмета

Цель — укрепление здоровья, развитие физических качеств и двигательных умений, воспитание интереса к занятиям физической культурой и потребности в здоровом образе жизни.

Основные задачи:

- укреплять здоровье и формировать правильную осанку;
- развивать физические качества;
- совершенствовать виды движений и технические приёмы спортивных игр;
- формировать навыки безопасного поведения и самоконтроля;
- воспитывать дисциплину, волю и командное взаимодействие.

5. Место учебного предмета в учебном плане

Учебный предмет «Физическая культура» входит в обязательную часть учебного плана начального общего образования. В 2 классе на изучение предмета отводится 2 ч в неделю; при 34 учебных неделях — 68 часов в год.

На учебный предмет «Физическая культура» отводится 2 часа в неделю, всего 68 часов (34 учебные недели). Третий час двигательной активности рекомендуется реализовывать через внеурочную деятельность и школьный спортивный клуб. При отсутствии условий для лыжной подготовки и плавания они заменяются кроссовой подготовкой и подвижными играми с сохранением общего объёма часов.

6. Учебно-методическое обеспечение по УМК «Школа России»

- Лях В. И. Физическая культура. 1–4 классы. — М.: Просвещение.
- Рабочая программа по физической культуре. 1–4 классы (УМК «Школа России»).
- Методическое пособие по физической культуре.

Конкретные годы изданий и позиции Федерального перечня учебников уточняются образовательной организацией.

7. Планируемые результаты освоения учебного предмета

7.1. Личностные результаты

- установка на здоровый образ жизни;
- дисциплинированность, воля, трудолюбие;
- доброжелательность и честность в игре;
- уважение к сопернику и товарищам;
- интерес к занятиям физической культурой.

7.2. Метапредметные результаты

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать значение физических упражнений; анализировать технику; вести самоконтроль.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать в команде; договариваться о правилах; соблюдать честную игру.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять упражнения по команде; соблюдать правила безопасности;
- контролировать состояние; оценивать результат.

7.3. Предметные результаты

К концу обучения в 2 классе обучающийся научится:

- соблюдать правила безопасности и вести самоконтроль на уроках физической культуры;
- выполнять строевые упражнения и команды;
- выполнять упражнения основной гимнастики, акробатики и упражнения с предметами;
- выполнять бег, прыжки и метание; участвовать в подвижных и спортивных играх;
- передвигаться на лыжах изученными способами (при наличии условий);
- выполнять контрольно-тестовые упражнения и демонстрировать результаты.

8. Содержание учебного предмета по разделам

Знания о физической культуре (4 ч)

Знания о физической культуре, её истории и значении; правила безопасности; режим дня; осанка; гигиена и закаливание.

Основы навыков плавания (1 ч)

Основы навыков плавания; упражнения в воде; правила безопасного поведения на воде.

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями (3 ч)

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими упражнениями; комплексы упражнений.

Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые расчёты и упражнения (4 ч)

Подвижные игры и спортивные эстафеты; строевые упражнения, команды и построения.

Овладение техникой выполнения упражнений основной гимнастики (32 ч)

Упражнения основной гимнастики и акробатики; равновесие, прыжки, повороты, танцевальные шаги.

Игры и игровые задания (7 ч)

Освоение физических упражнений и двигательных действий по теме раздела.

Организуемые команды и приёмы (1 ч)

Организуемые команды и приёмы; организация и проведение игр, эстафет, соревнований, сдача ГТО.

Освоение упражнений для развития координации и развития жизненно важных навыков и умений (16 ч)

Упражнения для развития координации и жизненно важных навыков и умений.

9. Тематическое планирование

№	Раздел / тема	Кол-во часов	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Планируемые результаты	Формы контроля	ЭОР / ЦОР	Воспитательный потенциал темы
1	Знания о физической культуре	4 ч	Знания о физической культуре, её истории и значении; правила безопасности; режим дня; осанка; гигиена и закаливание.	Соблюдать правила безопасности и режим дня; рассказывать о значении физической культуры.	Знает правила безопасности и значение физической культуры; соблюдает режим дня и гигиену.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
2	Основы навыков плавания	1 ч	Основы навыков плавания; упражнения в воде; правила безопасного поведения на воде.	Выполнять подготовительные упражнения для плавания; соблюдать правила безопасности на воде.	Выполняет подготовительные упражнения пловца; знает правила безопасности на воде.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание дисциплины и осторожности, ценности здоровья.
3	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями	3 ч	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими упражнениями; комплексы упражнений.	Выполнять комплексы общеразвивающих упражнений; составлять простые комплексы.	Выполняет комплексы общеразвивающих упражнений; контролирует нагрузку.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание самостоятельности, дисциплины и трудолюбия.

№	Раздел / тема	Кол-во часов	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Планируемые результаты	Формы контроля	ЭОР / ЦОР	Воспитательный потенциал темы
						контрольные работы)		
4	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые расчёты и упражнения	4 ч	Подвижные игры и спортивные эстафеты; строевые упражнения, команды и построения.	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; выполнять строевые команды; играть по правилам.	Участвует в подвижных играх и эстафетах; выполняет строевые команды; соблюдает правила.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание командного взаимодействия, честной игры и дисциплины.
5	Овладение техникой выполнения упражнений основной гимнастики	32 ч	Упражнения основной гимнастики и акробатики; равновесие, прыжки, повороты, танцевальные шаги.	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; держать равновесие.	Выполняет гимнастические и акробатические упражнения на уровне требований класса.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание смелости, настойчивости и самоконтроля.
6	Игры и игровые задания	7 ч	Освоение физических упражнений и двигательных действий по теме раздела.	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Выполняет физические упражнения по теме раздела на уровне требований класса.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание дисциплины, воли и ценностного отношения к здоровью.

№	Раздел / тема	Кол-во часов	Основное содержание	Основные виды деятельности обучающихся	Планируемые результаты	Формы контроля	ЭОР / ЦОР	Воспитательный потенциал темы
						е работы)		
7	Организующие команды и приёмы	1 ч	Организующие команды и приёмы; организация и проведение игр, эстафет, соревнований, сдача ГТО.	Выполнять организующие команды; помогать в организации игр и соревнований.	Выполняет организующие команды; участвует в организации игр и соревнований.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание организованности, ответственности и лидерских качеств.
8	Освоение упражнений для развития координации и развития жизненно важных навыков и умений	16 ч	Упражнения для развития координации и жизненно важных навыков и умений.	Выполнять упражнения на координацию; осваивать жизненно важные двигательные умения.	Выполняет упражнения на координацию; владеет жизненно важными двигательными умениями.	Текущий и тематический контроль (устный опрос, словарные диктанты, проверочные и контрольные работы)	Библиотека ЦОК (ФГИС «Моя школа»); РЭШ (resh.edu.ru)	Воспитание настойчивости и аккуратности при освоении движений.

Итого: 68 часов.

Тематическое планирование приведено в соответствии с федеральной рабочей программой по учебному предмету: разделы — содержательные линии ФРП, часы — рекомендованное федеральной программой распределение. Поурочное распределение часов (календарно-тематическое планирование) представлено в разделе 10 на основе УМК «Школа России».

10. Календарно-тематическое планирование на 2026–2027 учебный год

Даты проведения уроков заполняются учителем в соответствии с расписанием и календарным учебным графиком образовательной организации. Домашнее задание указывается учителем с учётом норм СанПиН.

Темы уроков приведены в соответствии с поурочным планированием федеральной рабочей программы («Вариант 1» — для УМК «Школа России»: учебники В. П. Канакиной, В. Г. Горецкого).

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
1			Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела	1	Выполнять контрольно-тестовые упражнения; демонстрировать достигнутые результаты.	Контрольные упражнения (тест)		
2			Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление комплексов упражнений для формирования правильной осанки	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
3			Олимпийское движение: история и современность. Структура российского спортивного движения	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
4			Общеразвивающие музыкально-сценические игры. Русские народные танцевальные движения	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
5			Общая характеристика плавания. Правила поведения в бассейне. Элементы плавания. Характерные ошибки при освоении основных элементов плавания	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
6			Методика наблюдений за динамикой своего физического развития. Осанка и ее влияние на физическое здоровье. Методика контроля осанки	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
7			Краткая характеристика основных физических качеств. Различие упражнений по воздействию на развитие основных физических качеств. Отбор и составление	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
			упражнений основной гимнастики для тренировки отдельных мышц, физических качеств и способностей					
8			Здоровый образ жизни и способы его формирования	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
9			Проектирование и модернизация ролевых игр и спортивных эстафет	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
10			Практика проведения общеразвивающих, спортивных, туристических игр и игровых заданий, спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
11			Практика проведения ролевых игр	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
12			Практика выполнения организующих команд и приёмов	1	Выполнять строевые команды и построения; организовывать совместную деятельность.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
13			Техника выполнения упражнений общей разминки. Практика выполнения упражнений общей разминки	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
14			Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания. Техника выполнения гимнастического бега с контролем дыхания	1	Выполнять упражнения лёгкой атлетики; контролировать технику и результат.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
15			Основные правила выполнения упражнений общей разминки	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
16			Техника выполнения упражнений	1	Выполнять физические	Текущий		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
			партерной разминки для укрепления мышц ног		упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	контроль (наблюдение, техника)		
17			Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
18			Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины, для разогревания мышц спины	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
19			Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника, для развития подвижности плечевого пояса	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
20			Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности в тазобедренных суставах	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
21			Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
22			Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
23			Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
24			Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития гибкости	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
25			Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
26			Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
27			Техника выполнения приземления после прыжка	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
28			Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
29			Основные правила выполнения акробатических упражнений	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
30			Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперёд, кувырок назад	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
31			Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный, колесо	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
32			Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: «мост» из положения сидя, «мост» из положения стоя, подъем из положения «мост»	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
33			Основные правила выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
34			Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическими предметами	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
35			Техника выполнения удержания скакалки; вращения сложенной вдвое скакалки в различных	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение,		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
			плоскостях; броска и ловли скакалки			техника)		
36			Техника выполнения высоких прыжков вперёд через скакалку с двойным махом вперёд	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
37			Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча, серии отбивов мяча	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
38			Составление комбинаций упражнений основной гимнастики	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
39			Комбинации с упражнениями общей разминки	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
40			Комбинации с упражнениями партерной разминки	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
41			Комбинации с упражнениями разминки у опоры	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
42			Комбинации с упражнениями с гимнастическими предметами	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
43			Комбинации с акробатическими упражнениями	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
44			Комбинации различных гимнастических и акробатических упражнений с танцевальными шагами	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
45			Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила	Текущий контроль		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
			в музыкально-сценических и ролевых играх, в туристических играх и игровых заданиях, в спортивных эстафетах		безопасности и режим.	(игровые задания)		
46			Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности в играх и игровых заданиях	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (игровые задания)		
47			Музыкально-сценические и ролевые игры	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
48			Туристические игры и спортивные эстафеты	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
49			Основные принципы и правила участия в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности. Практика применения правил техники безопасности при участии в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (игровые задания)		
50			Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
51			Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности с гимнастическими предметами	1	Участвовать в подвижных играх и эстафетах; соблюдать правила и взаимодействовать в команде.	Текущий контроль (игровые задания)		
52			Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах	1	Выполнять строевые команды и построения; организовывать совместную деятельность.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
53			Техника выполнения упражнений	1	Выполнять упражнения лёгкой	Текущий		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
			для развития жизненно важных навыков и умений: бег вперед, назад, подскоки		атлетики; контролировать технику и результат.	контроль (наблюдение, техника)		
54			Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
55			Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: повороты, равновесие	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
56			Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бросок и ловля гимнастического предмета	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
57			Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков челночного бега	1	Выполнять упражнения лёгкой атлетики; контролировать технику и результат.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
58			Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков: бега на короткие дистанции (30 м)	1	Выполнять упражнения лёгкой атлетики; контролировать технику и результат.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
59			Техника выполнения перемещений с броском и ловлей гимнастического предмета	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
60			Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног. Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед	1	Выполнять гимнастические и акробатические упражнения со страховкой; соблюдать технику.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
61			Плавание: общая характеристика. Правила безопасного поведения в бассейне	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
62			Правила дыхания в воде	1	Усваивать знания о физической культуре; соблюдать правила безопасности и режим.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		

№ уро ка	Дата план	Дата факт	Тема урока	Кол -во час ов	Основные виды деятельности обучающихся	Формы контроля	Домашнее задание	Примечан ие
63			Техника выполнения элементарных гребковых движений руками, ногами, скольжение	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
64			Техника выполнения упражнений для формирования навыков плавания	1	Выполнять подготовительные упражнения пловца; соблюдать правила безопасности на воде.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
65			Спортивные стили плавания. Техника спортивных стилей плавания	1	Выполнять подготовительные упражнения пловца; соблюдать правила безопасности на воде.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
66			Плавательная подготовка: плавание кролем на груди	1	Выполнять подготовительные упражнения пловца; соблюдать правила безопасности на воде.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
67			Плавательная подготовка: плавание брассом	1	Выполнять подготовительные упражнения пловца; соблюдать правила безопасности на воде.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		
68			Плавательная подготовка: упражнения «Веселый дельфин», «Лягушонок»	1	Выполнять физические упражнения по теме; соблюдать технику и правила безопасности.	Текущий контроль (наблюдение, техника)		

11. Формы, методы и средства контроля

Контроль осуществляется через контрольные (контрольно-тестовые) упражнения, наблюдение и игровые задания. Оценивание учитывает технику выполнения и личную динамику результатов.

- Формы: контрольно-тестовые упражнения, тесты физической подготовленности, наблюдение, игровые задания;
- Методы: наблюдение, анализ техники, беседа;
- Средства: спортивный инвентарь, оборудование зала и площадки, ЭОР.

12. Оценочные материалы

Контрольно-тестовые упражнения (бег, прыжки, метание, гибкость, сила) с ориентировочными показателями и критериями — в комплекте проверочных работ. Учитывается личная динамика результатов.

13. Использование электронных образовательных ресурсов (ЭОР) и цифровых образовательных ресурсов (ЦОР)

- ФГИС «Моя школа» (Библиотека цифрового образовательного контента) — верифицированный контент по темам;
- Российская электронная школа (РЭШ, resh.edu.ru) — интерактивные уроки;
- edsoo.ru — Единое содержание общего образования (Конструктор рабочих программ);
- Электронное приложение к учебнику (УМК «Школа России»).

Цифровые ресурсы используются с соблюдением требований к здоровьесбережению и времени работы с экраном для обучающихся 1 класса.

14. Учёт рабочей программы воспитания

Воспитательный потенциал реализуется через формирование ценности здоровья, дисциплины, воли и командного взаимодействия.

- ценность здоровья и здорового образа жизни;
- дисциплина, воля, трудолюбие;
- честная игра и уважение к сопернику;
- командное взаимодействие.

15. Приложения

Приложение 1. Оценочные материалы

Оценивание осуществляется по пятибалльной системе с использованием норм оценки по предмету; применяются также формирующее оценивание и самооценка. Контрольно-измерительные материалы (диктанты, проверочные и контрольные работы, тесты, критерии и нормы оценок) — в комплекте проверочных работ.

Приложение 2. Перечень проверочных работ на 2026–2027 учебный год

№	Вид работы	Раздел / тема	Примерный срок
1	Входная диагностика физической подготовленности	Начало года	Сентябрь
2	Контрольные упражнения (лёгкая атлетика, гимнастика)	В течение года	Октябрь–Январь
3	Диагностика (лыжная/кроссовая подготовка)	Зимний период	Февраль
4	Итоговая диагностика физической подготовленности	Конец года	Май

Приложение 3. Памятки для обучающихся

- «Правила безопасности на уроках физкультуры»;
- «Правила безопасности на лыжах и на воде»;
- «Комплекс утренней зарядки»;
- «Самоконтроль на занятиях»;
- «Правила спортивных игр»;
- «Правила игры в команде».

Тексты памяток — в комплекте «1 класс Физическая культура Памятки».

Приложение 4. Список электронных ресурсов

- ФГИС «Моя школа» (Библиотека цифрового образовательного контента) — верифицированный контент по темам;
- Российская электронная школа (РЭШ, resh.edu.ru) — интерактивные уроки;
- edsoo.ru — Единое содержание общего образования (Конструктор рабочих программ);
- Электронное приложение к учебнику (УМК «Школа России»).

Приложение 5. Лист корректировки рабочей программы

№	Дата	Тема урока (по программе)	Причина корректировки	Способ корректировки	Согласование (подпись)

Лист корректировки заполняется учителем при отклонении фактических сроков от планируемых (праздничные дни, карантин, активированные дни и др.) с сохранением объёма программы.