**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Ростовская область**

 **Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**МБОУ Киевская СОШ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНОНа заседании ШМО учителей\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ от «29» 08 2024 г. | СОГЛАСОВАНОЗам. директора по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Плешакова М.А.от «29» 08 2024 г. | УТВЕРЖДЕНОДиректор МБОУ Киевская СОШ\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тимонов Ю.А. Пр. №50 от «29» 08 2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности**

**по спортивному направлению «Спринт»**

для обучающихся 4 класса

**х. Второй Киевский 2024г.**

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Программа по внеурочной деятельности «СПРИНТ» составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО, разработана на основе методических рекомендаций внеурочной деятельности «Легкая атлетика» под редакцией Г.А. Колодницкого, В.С. Кузнецова, М.В. Маслова (Просвещение, 2011год), на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич (М.: Просвещение, 2012. Допущено Министерством образования и науки РФ), модифицирована с учетом собственных возможностей и опыта. Легкая атлетика, один из основных и наиболее массовых видов спорта, не зря называют "королевой спорта". По количеству разыгрываемых комплектов медалей, представительству стран-участниц всех континентов и числу зрителей, наблюдающих за соревнованиями на стотысячных стадионах, она не имеет себе равных. Образовательная программа «СПРИНТ» имеет спортивно - оздоровительную направленность, подготовлена с учетом базовых требований и учебных программ для занятий во внеурочное время. Легкая атлетика имеет большое прикладное значение, ведь с ее помощью развиваются основные физические качества - выносливость, сила, скорость, гибкость, что широко применяются в повседневной жизни, в частности - в трудовой деятельности. Во время занятий легкой атлетикой приобретаются навыки координации движений, быстрого и экономического передвижения и рационального выполнения сложных физических упражнений. Все кто занимаются легкой атлетикой, приобретают специальные знания относительно техники исполнения физических упражнений, основных функций человеческого организма, организации тренировочных занятий, режима личной гигиены, питания, работы и отдыха. Кроме этого, легкая атлетика имеет воспитательное значение, способствуя популяризации здорового образа жизни. Правильная организация и методика проведения занятий и соревнований положительно влияют на формирование личности человека, развитие ее моральных качеств (воли, целенаправленности, выдержки) и умственных способностей (самооценки собственных возможностей и тому подобное). Особенностью представленной программы «СПРИНТ» является сведение основных параметров учебно-тренировочного процесса (нагрузок, средств, методов контроля) в одну принципиальную схему годичного цикла тренировки, рассчитанную на 34 недели. Педагогической целесообразностью создания программы можно считать, что программа по легкой атлетике является одним из «механизмов» реализации целей и задач по профилактике заболеваний, вредных привычек и правонарушений, а также укреплению здоровья, через всестороннее развитие двигательной активности школьника при занятиях легкой атлетикой. Ценностными ориентирами содержания данного факультативного курса являются: - формирование стойкого интереса к занятиям легкой атлетикой; - формирование специальных знаний, умений и навыков; - развитие физических способностей; - раскрытия потенциала каждого ребенка; - развития морально-волевых качеств; - развития внимания, мышления; - воспитание нравственных, эстетических личностных качеств обучающихся: доброжелательность, трудолюбие, честность, порядочность, ответственность, культуру поведения, уважение к людям; -взаимопонимание и бесконфликтность в общении. Цель программы – создание оптимальных условий и содействие гармоничному физическому и интеллектуальному развитию ребенка и укрепление здоровья занимающихся, через обучение легкой атлетике. Целостная система подготовки решает следующие основные задачи: Обучающие: − формирование стойкого интереса к занятиям легкой атлетикой; − формирование специальных знаний, умений и навыков. Развивающие: − развитие физических способностей; − раскрытия потенциала каждого ребенка; − развития морально − волевых качеств; − развития внимания, мышления. Воспитательные: − воспитание нравственных, эстетических личностных качеств обучающихся: − доброжелательность, трудолюбие, честность, порядочность, ответственность, − культуру поведения, уважение к людям, − взаимопонимание и бесконфликтность в общении. Возраст детей: программа составлена для учащихся 4 класса. Сроки реализации: программа рассчитана на 1 час в неделю (35 часа в год).

1. **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.**

В результате освоения программного материала ученик получит знания:

***Знания о физической культуре****.* Что такое координация движений; что такое дистанция; как возникли физическая культура и спорт. Ученики получат первоначальные сведения об Олимпийских играх — когда появились, кто воссоздал символы и традиции; что такое физическая культура; получат представление о том, что такое темп и ритм, для чего они нужны и как влияют на выполнение упражнений; что такое личная гигиена человека; получат первоначальные сведения о внутренних органах человека и его скелете; узнают, что такое гимнастика, где появилась и почему так названа; что такое осанка.

***Гимнастика с элементами акробатики.*** Ученики научатся строиться в шеренгу и колонну; размыкаться на руки в стороны; перестраиваться разведением в две колонны; выполнять повороты направо, налево, кругом; команды «равняйсь», «смирно», «по порядку рассчитайсь», «на первый-второй рассчитайсь», «налево в обход шагом марш», «шагом марш», «бегом марш»; выполнять разминку, направленную на развитие координации движений; запоминать короткие временные отрезки; подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках, стойку на голове; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись и переворот на гимнастических кольцах.

***Легкая атлетика****.* Ученики научатся технике высокого старта; пробегать на скорость дистанцию 30 м, 60 м; выполнять челночный бег З х 10 м; беговую разминку; метание как на дальность, так и на точность; технике прыжка в длину с места; выполнять прыжок в высоту с прямого разбега, а также прыжок в высоту спиной вперед; бегать различные варианты эстафет; выполнять броски набивного мяча от груди и снизу.

***Подвижные игры.*** Ученики научатся играть в подвижные игры: «Пионербол», «Ловишка с мешочком на голове», «Прерванные пятнашки», «Гуси-лебеди», «Горелки», «Колдунчики», «Мышеловка», «Салки», «Салки с домиками», «Два Мороза»; «Волк во рву», «Охотник и зайцы», «Кто быстрее схватит», «Совушка», «Осада города», «Вышибалы», «Ночная охота», «Удочка», «Успей убрать», «Волшебные елочки», «Шмель», «Береги предмет», «Попрыгунчики-воробушки», «Белки в лесу», «Белочка-защитница», «Бегуны и прыгуны», «Перестрелка», «Котел», «Охотники и утки», «Русская лапта», «Забросай противника мячами», «Вышибалы через сетку», «Точно в цель», «Собачки», «Лес, болото, озеро», «Запрещенное движение», «Хвостики», «Хвостики» и др.

Знания о физической культуре.

История физической культуры. Олимпийские игры древности.

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Допинг. Концепция честного спорта.

Физическая культура человека. Режим дня, его основное содержание и правила планирования.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Проведение банных процедур.

Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической культурой.

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика (девочки).

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (мальчики); упражнения на разновысоких брусьях (девочки).

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Подъёмы, спуски, повороты, торможения.

Спортивные игры. Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

1. **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

**ЛИЧНОСТНЫЕ**

***У обучающихся будут сформированы:***

*•*  положительное отношение к урокам физической культуры;

• понимание значения физической культуры для укрепле­ния здоровья человека;

• мотивация к выполнению закаливающих процедур.
***Учащиеся получат возможность для формирования:***

*•* познавательной мотивации к истории возникновения
 физической культуры;

* положительной мотивации к изучению различных приё­мов и способов;
* уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.

**ПРЕДМЕТНЫЕ**

***Учащиеся научатся:***

* выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
* рассказывать об истории возникновения Олимпийских игр, о летних и зимних Олимпийских играх; о физиче­ском развитии человека;
* называть меры по профилактике нарушений осанки;
* определять способы закаливания;
* определять влияние занятий физической культурой на воспитание характера человека;
* выполнять строевые упражнения;
* выполнять различные виды ходьбы;
* выполнять различные виды бега;
* выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180°;
* прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
* метать теннисный мяч в вертикальную и горизонталь­ную цель с 4 м;
* выполнять кувырок вперёд;
* выполнять стойку на лопатках;
* лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке; перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
* выполнять танцевальные шаги;
* передвигаться на лыжах скользящим шагом, выполнять спуски в основной и низкой стойке, выполнять подъём «лесенкой», выполнять торможение падением, выпол­нить повороты переступанием;
* играть и подвижные игры;
* выполнять элементы спортивных игр.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* понимать влияние физических упражнений на физиче­ское развитие человека;
* рассказывать о видах спорта, включённых в программу летних и зимних Олимпийских игр;
* определить влияние закаливания на организм человека;
* самостоятельно составлять и выполнять комплексы уп­ражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
* выполнять упражнения, направленные на профилакти­ку нарушений осанки;
* организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ**

**Регулятивные: *Учащиеся научатся:***

* понимать цель выполняемых действий;
* выполнять действия, руководствуясь инструкцией учи­теля;
* адекватно оценивать правильность выполнения задания;
* использовать технические приёмы при выполнении фи­зических упражнений;
* анализировать результаты выполненных заданий по за­данным критериям (под руководством учителя);
* вносить коррективы в свою работу.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* продумывать последовательность упражнений, состав­лять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
* объяснять, какие технические приёмы были использова­ны при выполнении задания;
* самостоятельно выполнять комплексы упражнений, на­равленые на развитие физических качеств;
* координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
* организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

**Познавательные**: ***Учащиеся научатся:***

* осуществлять поиск необходимой информации для вы­полнения учебных заданий, используя справочные мате­риалы учебника;
* различать, группировать подвижные и спортивные игры;
* характеризовать основные физические качества;
* группировать игры по видам спорта;
* устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* осуществлять поиск необходимой информации, исполь­зуя различные справочные материалы;
* свободно ориентироваться в книге, используя информа­цию форзацев, оглавления, справочного бюро;
* сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
* устанавливать взаимосвязь между занятиями физиче­ской культурой и воспитанием характера человека.

**Коммуникативные:**

**У*чащиеся научатся:***

* рассказывать об истории Олимпийских игр и спортив­ных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
* высказывать собственное мнение о влиянии занятий фи­зической культурой на воспитание характера человека;
* договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

***Учащиеся получат возможность научиться:***

* выражать собственное эмоциональное отношение к раз­ным видам спорта;
* задавать вопросы уточняющего характера по выполне­нию физических упражнений;
* понимать действия партнёра в игровой ситуации.
1. **ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Номер занятия | Дата проведения | Кол-во часов | Тема занятия, раздела.  |
| По плану | факт. |
| 1 | 03.09 |  | 1 | Спринтерский бег Инструктаж по технике безопасности на занятиях по легкой атлетике на спортивных площадках. Повторение и закрепление техники высокого старта и стартового разгона. Беговые эстафеты. |
| 2 | 10.09 |  | 1 | Спринтерский бег Совершенствование техники старта, стартового разгона и бега по дистанции с максимальной скоростью. Повторение техники бега на 60 м. Развитие двигательных качеств посредством эстафет с элементами прыжков и бега.  |
| 3 | 17.09 |  | 1 | Спринтерский бег. Прыжки в высоту. Совершенствование стартового разгона и бега по дистанции с максимальной скоростью на 60 м. Совершенствование техники прыжка в высоту. |
| 4 | 24.09 |  | 1 | Прыжки в высоту. Прыжки в длину. Эстафетный бег. Совершенствование элементов техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Эстафетный бег. Развитие двигательных качеств посредством игр. |
| 5 | 01.10 |  | 1 | Бег по пересеченной местности. Метание мяча. Бег в равномерном темпе (5 мин.). Чередование бега с ходьбой. Обучение технике метания мяча. |
| 6 | 08.10 |  | 1 | Бег по пересеченной местности. Метание мяча. Бег в равномерном темпе (7 мин.). Чередование бега с ходьбой. Совершенствование техники метания мяча. Развитие двигательных качеств посредством игр. |
| 7 | 15.10 |  | 1 | Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Бег 1500 м без учета времени. Преодоление препятствий. Воспитание морально-волевых качеств посредством игр. |
| 8 | 22.10 |  | 1 | Баскетбол. Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком. Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах. Правила техники безопасности при игре в баскетбол. П/и «Перестрелка». |
| 9 | 05.11 |  | 1 | Баскетбол. Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком. Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах. Правила техники безопасности при игре в баскетбол. П/и «Перестрелка». |
| 10 | 12.11 |  | 1 | Акробатика, строевые упражнения. Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. Строевые упражнения. Общефизическая подготовка. Круговая тренировка по станциям. |
| 11 | 19.11 |  | 1 | Акробатика, строевые упражнения. Строевые упражнения. Повторение техники выполнения кувырка назад из упора присев. Обучение технике выполнения 2-3 кувырков вперед из упора присев слитно. |
| 12 | 26.11 |  | 1 | Акробатика, строевые упражнения. Строевые упражнения. Совершенствование техники выполнения стойки на лопатках. Эстафеты со скакалками. |
| 13 | 03.12 |  | 1 | Акробатика, опорный прыжок. Повторение техники выполнения акробатической комбинации из изученных элементов. Обучение технике опорного прыжка – вскок в упор присев, соскок прогнувшись (высота 80-100 см.). |
| 14 | 10.12 |  | 1 | Опорный прыжок. Совершенствование техники выполнения опорного прыжка. Развитие двигательных качеств с помощью п/и «Перестрелка». |
| 15 | 17.12 |  | 1 | Опорный прыжок. Общефизическая подготовка. Круговая тренировка по станциям. Развитие координационных способностей. Развитие двигательных качеств с помощью п/и «Перестрелка». |
| 16 | 24.12 |  | 1 | Баскетбол Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Жесты судьи в баскетболе. |
| 17 | 14.01 |  | 1 | Волейбол Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола. Техника безопасности при игре в волейбол. |
| 18 | 21.01 |  | 1 | Волейбол Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. П/и «Пионербол» с элементами волейбола. |
| 19 | 28.01 |  | 1 | Волейбол Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча. П/и «Пионербол» с элементами волейбола. |
| 20 | 04.02 |  | 1 | Волейбол Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. |
| 21 | 11.02 |  | 1 | Волейбол Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. |
| 22 | 18.02 |  | 1 | Волейбол Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. |
| 23 | 25.02 |  | 1 | Волейбол Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. |
| 24 | 04.03 |  | 1 | Баскетбол Стойка и перемещение игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол.  |
| 25 | 11.03 |  | 1 | Баскетбол Стойка и перемещение игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приемов: (ведение-остановка-бросок). Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол. |
| 26 | 18.03 |  | 1 | Баскетбол Стойка и перемещение игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча. Сочетание приемов: (ведение-остановка-бросок). Нападение быстрым прорывом. Игра в мини- баскетбол. |
| 27 | 25.03 |  | 1 | Баскетбол Стойка и передвижение игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков. Нападение быстрым прорывом. |
| 28 | 01.04 |  | 1 | Баскетбол Стойка и передвижение игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.  |
| 29 | 08.04 |  | 1 | Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Равномерный бег (10 мин.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Преодоление препятствий. Развитие выносливости. |
| 30 | 15.04 |  | 1 | Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Равномерный бег (15 мин.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. |
| 31 | 22.04 |  | 1 | Бег по пересеченной местности, метение мяча. Бег 1500 м без учета времени. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег по разному грунту. Повторение техники метания мяча. Развитие выносливости. |
| 32 | 29.04 |  | 1 | Спринтерский бег, метание мяча. Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения. Старты из различных исходных положений. Совершенствование техники метания мяча. Инструктаж по ТБ. |
| 33 | 06.05 |  | 1 |  Спринтерский бег, прыжки в высоту. Бег 60 м. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. Повторение техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».  |
| 34 | 13.05 |  | 1 |  Прыжки в высоту. Прыжки в длину. Специальные беговые упражнения. Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (приземление). Повторение техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». П/и «Русская лапта». |
| 35 | 20.05 |  | 1 | Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Равномерный бег (15 мин.). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Развитие выносливости. |

1. **ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.**

**Учебник; *1-11классы», автором – составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич. (М.:Просвещение, 2010).***

**Учебник; физической культуры, Москва "Просвещение" 2023 А.П.Матвеев.**

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

 [**Конструктор рабочих программ – Единое содержание...**](https://yabs.yandex.ru/count/WWKejI_zOoVX2LdV0RqF0BCSRIOQbKgbKga4mGHzFfSxUxRVkVE6Er-_u_M6ErnbiscYwKRX3ANVK4AB02OqmQ3ZU2F86nuFBPFT5vrj1Huzv9uCsHlI1GSkG0k5ioj02stYKO0MYcKiG8jZ6LA05iV2Le0M5toIypMnHOPI7jC3kvpkZDbYeFsyxtnQKuTgFALFt7v6SMSqEdNYK6cUttKEZKgTqToMJcqfT1grAy31UZYmnXrYOYwIaZVUnq80n23hwE17vT36owJjkAJj8EJkoMarx4skDawhOKjFrPHbi6XXHiAUZWoIaPNHS4jShMLnmgE1nh4C2M3hiLflaIv3hBPKsSLDaIK6yOeXDvcmOZG5GGJSFMqsbE38z-C2B54gU02F_R0DIIqV70AArF_kQ47xtXqjQ9yhGgpfxtuBnlIrleVLtS_w7bPtJ3CpUsQMcTdpX6tQeXxTIDFZprStH-y-gYa9dLrw-V9IZypeoJTEdfpvCUt11JprvH7wBmPNciAFValhkjxaIXDVeDVMSAmor-Up6HJA8JP2gGeIvNMlhThQXH6lnE0ZcfahbKgbDSDN23j6nq0NAdy7I82WVa092GWN_E2rbIvs0FE4BmBupUi6fTFA3p_ZYE1nbyCL1B8ntXpV0Q6LRoUmHQURg4cRtC8MkHIp64idu1j2MbYPKSfx~2?etext=2202.jSJwb8qh5EcerDe40vDBLqxPBE3kknTCWqUofTTALcB5ZGJib3hzb2ljeXd5ZHBr.5c94e45e30c6eef3f5250a41209b1033caed21b1&from=yandex.ru%3Bsearch%26%23x2F%3B%3Bweb%3B%3B0%3B&q=%D0%B8%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA&baobab_event_id=ln03qzy01x)

[**edsoo.ru**](https://edsoo.ru/konstruktor-rabochih-programm/)

 **Домашняя школа «ИнтернетУрок». С 1 по 11 класс**

[**interneturok.ru**](https://yabs.yandex.ru/count/WWKejI_zOoVX2LdV0RqF0BCSRIOQbKgbKga4mGHzFfSxUxRVkVE6Er-_u_M6ErnbiscYwKRX3ANVK4AB02OqmQ3ZU2F86nuFBPFT5vrj1Huzv9uCsHlI1GSkG0k5ioj02stYKO0MYcKiG8jZ6LA05iV2Le0M5toIypMnHOPI7jC3kvpkZDbYeFsyxtnQKuTgFALFt7v6SMSqEdNYK6cUttKEZKgTqToMJcqfT1grAy31UZYmnXrYOYwIaZVUnq80n23hwE17vT36owJjkAJj8EJkoMarx4skDawhOKjFrPHbi6XXHiAUZWoIaPNHS4jShMLnmgE1nh4C2M3hiLflaIv3hBPKsSLDaIK6yOeXDvcmOZG5GGJSFMqsbE38z-C2B54gU02F_R0DIIqV70AArF_kQ47xtXqjQ9yhGgpfxtuBnlIrleVLtS_w7bPtJ3CpUsQMcTdpX6tQeXxTIDFZprStH-y-gYa9dLrw-V9IZypeoJTEdfpvCUt11JprvH7wBmPNciAFValhkjxaIXDVeDVMSAmor-Up6HJA8JP2gGeIvNMlhThQXH6lnE0ZcfahbKgbDSDN23j6nq0NAdy7I82WVa092GWN_E2rbIvs0FE4BmBupUi6fTFA3p_ZYE1nbyCL1B8ntXpV0Q6LRoUmHQURg4cRtC8MkHIp64idu1j2MbYPKSfx~2?etext=2202.jSJwb8qh5EcerDe40vDBLqxPBE3kknTCWqUofTTALcB5ZGJib3hzb2ljeXd5ZHBr.5c94e45e30c6eef3f5250a41209b1033caed21b1&from=yandex.ru%3Bsearch%26%23x2F%3B%3Bweb%3B%3B0%3B&q=%D0%B8%D0%BD%D1%84%D0%BE%D1%83%D1%80%D0%BE%D0%BA&baobab_event_id=ln03qqpq5u)

 [**Официальный сайт ООО «Инфоурок»**](https://infourok.ru/)

[**infourok.ru**](https://infourok.ru/)