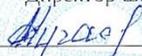


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЛЬЯНОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
МО «СТАРОКУЛАТКИНСКИЙ РАЙОН»  
МКОУ «СТАРМОСТЯКСКАЯ СШ»

<p><b>РАССМОТРЕНО</b> на заседании методического объединения учителей гуманитарного цикла Руководитель ШМО  Р.М. Насырова Протокол № 1 от 29.08 2023г.</p>	<p><b>СОГЛАСОВАНО</b> Заместитель директора по УВР  А.Ш. Ханбикова Протокол № 1 от 29.08 2023г.</p>	<p><b>УТВЕРЖДЕНО</b> Директор школы  М.М. Нугаев Приказ № 82 от 31.08 2023г.</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

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

Разработчик  
Фатхуллин Н.М.  
Учитель высшей  
квалификационной категории

с. Старый Мостяк  
2023-2024 учебный год

## 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 физкультурминуток 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, осознанию 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.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет в 4 классе – 100 часа (3 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.

#### Плавательная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

#### 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**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

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;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);
- 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  
4 КЛАСС**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения		Примечания
			План	Факт	
<b>Лёгкая атлетика 10 ч.</b>					
1	Инструктаж по ТБ. Основы теоретических знаний	1	01.09		
2	Строевые упражнения. ОРУ на месте	1	06.09		
3	Спец. Беговые упражнения и ходьба с изменением длины и частоты шагов	1	07.09		
4	Бег с ускорением до 30м. Медленный бег до 2 мин.	1	08.09		
5	ОРУ на месте, спец. прыжковые упражнения	1	13.09		
6	Прыжки в длину с места	1	14.09		
7	Игра «К своим флажкам».	1	15.09		
8	Бросок теннисного мяча с места на точность.	1	20.09		
9	Бросок набивного мяча (1 кг).	1	21.09		
10	Игра «Третий лишний».	1	22.09		
<b>Подвижные игры 18 ч.</b>					
11	ОРУ типа зарядки, беговые упражнения	1	27.09		
12	Линейные эстафеты с этапом до 50м.	1	28.09		
13	Подтягивание на перекладине из виса (м), лёжа (д) (техника).	1	29.09		
14	Игры «Прыжки по полоскам», «Верёвочка под ногами».	1	04.10		
15	Игра «Удочка». Круговая эстафета	1	05.10		
16	Круговая эстафета с набивными мячами	1	06.10		
17	Эстафеты с предметами.	1	18.10		
18	Прохождение полосы из 5-ти препятствий.	1	19.10		
19	Игры «День и ночь», «Метко в цель». Эстафеты с предметами	1	20.10		
20	Игры «Вызов номе-ров», «Эстафеты»	1	25.10		
21	ОРУ. Ведение мяча бегом правой и левой ногой по прямой и с изменением направления.	1	26.10		
22	Передачи в парах в беге, остановка мяча.	1	27.10		
23	Удары по воротам с 7 м. Игра «Боулинг».	1	01.11		
24	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении.	1	02.11		
25	ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в движении.		03.11		
26	Ведение в ходьбе и беге со средним отскоком.	1	08.11		
27	Игра «Подвижная цель».	1	09.11		

28	Броски в цель (мишень). Игра в мини-баскетбол по упрощённым правилам.	1	10.11		
<b>Гимнастика с элементами акробатики 1 ч.</b>					
29	Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения	1	15.11		
30	Строевые упражнения	1	16.11		
31	Основы теоретических знаний: название гимнастических снарядов	1	17.11		
32	Кувырки вперёд	1	29.11		
33	Кувырки назад	1	30.11		
34	Игра «Быстро по местам».	1	01.12		
35	ОРУ с гимнастической палкой	1	06.12		
36	Строевые упражнения	1	07.12		
37	Вис на согнутых руках	1	08.12		
38	Поднимание ног в висе	1	13.12		
39	Подтягивание в висе	1	14.12		
40	Игра «Три движения».	1	15.12		
<b>Лыжная подготовка 21 ч.</b>					
41	Инструктаж по ТБ.	1	20.12		
42	Ступающий и скользящий шаг	1	21.12		
43	Повороты переступанием.	1	22.12		
44	Попеременный двухшажный ход	1	27.12		
45	Прохождение дистанции до 1000м в умеренном темпе.	1	28.12		
46	Линейные эстафеты без палок с этапом до 50м.	1	29.12		
47	Подъёмы «лесенкой» и «ёлочкой»	1	10.01		
48	Спуски с пологих склонов	1	11.01		
49	Попеременный двухшажный ход.	1	12.01		
50	Торможение «Плугом».	1	17.01		
51	Торможение упором.	1	18.01		
52	Прохождение дистанции до 1000м.	1	19.01		
53	Игры эстафеты со спусками и подъёмами	1	24.01		
54	Встречные эстафеты	1	25.01		
55	Подъём ступающим шагом	1	26.01		
56	Игры-эстафеты со спусками и подъёмами.	1	31.01		
57	Игра «Слалом».	1	01.02		

58	Прохождение дистанции до 1000м с применением изученных ходов	1	02.02		
59	Игра «Кто самый быстрый».	1	07.02		
60	Прохождение дистанции до 1500м	1	08.02		
61	Прохождение дистанции до 2 км.	1	09.02		
<b>Подвижные игры 15ч.</b>					
62	ОРУ с мячами.	1	14.02		
63	Игры «Послушный мяч», «Гонка мячей».	1	15.02		
64	Ловля и передачи в движении	1	16.02		
65	Ловля и передача мяча	1	28.02		
66	Игры «Гонка мячей», «Передал-садись».	1	29.02		
67	Броски по воротам с места с 6-7м.	1	01.03		
68	Броски в кольцо двумя руками от груди.	1	06.03		
69	Эстафеты с мячами.	1	07.03		
70	Игра в мини-баскетбол, мини-гандбол	1	13.03		
71	Игры «Прыгуны и пятнашки», «Два мороза»	1	14.03		
72	Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	1	15.03		
73	Круговая эстафета с этапом до 100м.	1	20.03		
74	Круговая эстафета с этапом до 150м.	1	21.03		
75	Круговая эстафета с этапом до 100м.	1	22.03		
76	Игры «Вызов номера», «Лисы и куры»	1	27.03		
<b>Лёгкая атлетика 11ч.</b>					
77	ОРУ. Разновидности ходьбы.	1	28.03		
78	Спец. беговые упр-я	1	29.03		
79	Ходьба по разметкам	1	03.04		
80	Чередование бега и ходьбы	1	04.04		
81	Челночный бег.	1	05.04		
82	Прыжки в длину	1	17.04		
83	Игра «Волк во рву».	1	18.04		
84	Прыжок в высоту.	1	19.04		
85	Метание мяча в цель.	1	24.04		
86	Метание малого мяча в горизонтальную цель	1	25.04		
87	Метание малого мяча в вертикальную цель	1	26.04		

<b>Подвижные игры 11ч.</b>					
88	ОРУ. Ловля и передача.	1	02.05		
89	Ведение шагом и бегом правой и левой рукой.	1	03.05		
90	Ловля мяча в парах, тройках через сетку	1	08.05		
91	Игра пионербол.	1	15.05		
92	Ведение мяча с изменением направления правой и левой ногой	1	16.05		
93	Удары по воротам с 7 м.	1	17.05		
94	Игра в мини-футбол.	1	22.05		
95	Игра в мини-футбол.	1	23.05		
96	Игры и эстафеты	1	24.05		
97	Эстафеты применительно к быстрому бегу	1	29.05		
98	Игры применительно к ловкости	1	30.05		
99	Подвижные игры	1	31.05		
<b>Резервные уроки</b>					

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**4 КЛАСС**

<b>№ п/п</b>	<b>Вид программного материала</b>	<b>Количество часов (уроков)</b>
1	<b>Базовая часть</b>	73
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	19
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	12
1.4	Легкоатлетические упражнения	21
1.5	Лыжная подготовка	21
2	<b>Вариативная часть</b>	22
2.1	Подвижные игры с элементами спортивных игр	26
	<b>ИТОГО:</b>	99

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

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 1-4 классы/ Шаулин В.Н., Комаров А.В., Назарова И.Г., Шустиков Г.С., Общество с ограниченной ответственностью «Развивающее обучение»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Барышников В.Я., Белоусов А.И.; под редакцией Виленского М.Я., Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово - учебник»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- «Современные педагогические технологии на уроке физкультуры»

Ведущий Петрова Татьяна Владимировна Доцент МГПУ, научный сотрудник института содержания методов обучения (ИСМО РАО). В ходе вебинара автор УМК Петрова Татьяна Владимировна представит современные педагогические технологии, обеспечивающие новые подходы к организации и проведения урока по физической культуре.

Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/sovremennye-pedagogicheskie-tehnologii-na-uroke-fizkultury/>

- «Особенности организации проектной деятельности по предмету физическая культура с использованием УМК издательства «Просвещение»» Ведущий вебинара: Рычева Ольга Александровна, методист Центра художественно-эстетического и физического образования издательства «Просвещение» <https://my.webinar.ru/record/453637>

- «Физическая культура. Программно-методическое сопровождение» .Ведущий Матвеев Анатолий Петрович, доктор педагогических наук, профессор МГОУ. В рамках вебинара будут рассмотрены следующие вопросы: Актуализация цели образования по физической культуре в представлениях жизненного самоопределения учащихся. Проблема выбора целевой ориентации. Структура и содержательное наполнение учебного предмета физической культуры. Проблема развития основ программно-методического сопровождения дисциплины физической культуры и пути решения.

Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/fizicheskaya-kultura-programmno-metodicheskoe-soprovozhdenie/>

- «Проектная деятельность и урок физкультуры». Ведущий Матвеев Анатолий Петрович, доктор педагогических наук, профессор МГОУ В ходе вебинара будут рассмотрены вопросы организации проектной деятельности в рамках уроков физической культуры на примере УМК «Алгоритм успеха». Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/proektnaya-deyatelnost-i-urok-fizkulturyy/>

## ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

[http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38)

2. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет

«Физическая культура». <http://www.openclass.ru/sub/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0>

3. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

4. Образовательные сайты для учителей физической культуры [http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

5. Сайт "Я иду на урок физкультуры"

<http://spo.1september.ru/urok/>

6. Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>

7. [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=22924&lib\\_no=32922&tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib)

Сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

8. <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

9. <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

10. <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"

11. <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль пед.идей «Открытый урок»

12. <http://sportlaws.infosport.ru> Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и спорта

13. <http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни»

14. [members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm](http://members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm) Если хочешь быть здоров.

Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления и т.п

15. <http://www.sportreferats.narod.ru>