

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент Смоленской области по образованию и науке

Администрация города Смоленска

МБОУ "Лицей № 1 им. академика Б.Н. Петрова"

«РАССМОТРЕНО»

заведующая кафедрой

_____ Деревянко И.В.

« 29 » «08» 2024 г

«ПРИНЯТО»

педагогическим советом

« 30 » «08» 2024 г

протокол № 1

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор лицея

_____ Моисеенков Г.А.

«30 » «08» 2024 г

приказ № 270

«СОГЛАСОВАНО»

заместитель директора

_____ Казанцева Т.В.

« 29 » «08» 2024 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 5668142)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 2 «А» класса

Кунцевича Игоря Леонардовича

учителя физической культуры

Смоленск

2024

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, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут

использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической во 2 классе 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

*Часы, отведённые на разделы: «Лыжная подготовка», "Плавательная подготовка" распределены между содержанием других разделов: лёгкая атлетика, подвижные и спортивные игры и прикладно-ориентированная физическая культура, из-за отсутствия должных условий (климатические условия и материальная база лицея)..

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения:

ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

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 во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию

режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;

- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- - выполнять упражнения на развитие физических качеств.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название раздела	Учет компонентов Рабочей программы воспитания
1	ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	Формирование принятия и реализации ценностей здорового и безопасного образа жизни . формирование ответственного и компетентного отношения к собственному физическому здоровью
2	СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Формирование ответственного и компетентного отношения к собственному физическому здоровью
3	ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ	Развитие компетенций сотрудничества со сверстниками в разных видах физкультурной деятельности
4	ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	Формирование ответственного и компетентного отношения к собственному физическому здоровью
5	СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	Формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга.
6	ПРИКЛАДНО – ОРИЕНТИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	Формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга.

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	3	https://resh.edu.ru/subject/9/3/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	4	0	4	https://resh.edu.ru/subject/9/3/
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/start/192861/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/start/192861/

Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	10	0	10	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.2	Кроссовая подготовка	8	0	7	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.3	Гимнастика с основами акробатики	12	0	11	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.4	Подвижные игры	20	0	20	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого по разделу		50			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	8	3	5	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого по разделу		8			
Раздел 4. Контроль					
4.1	Промежуточная аттестация	1	1	0	http://school-collection.edu.ru/ https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого		1			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	1	62	
---	----	---	----	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по технике безопасности. История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	1		
2	Зарождение Олимпийских игр	1	0	1		
3	Современные Олимпийские игры	1	0	1		
4	Физическое развитие	1	0	1		
5	Физические качества	1	0	1		
6	Развитие координации движений	1	0	1		
7	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1		
8	Закаливание организма	1	0	1		
9	Утренняя зарядка, составление индивидуальных комплексов	1	0	1		

10	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		
11	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	1		
12	Бег с ускорением и торможением. Бег с максимальной скоростью на короткую дистанцию.	1	0	1		
13	Бег с ускорением и торможением. Бег с максимальной скоростью на короткую дистанцию.	1	0	1		
14	Техника разбега в прыжках в длину. Подвижная игра: "Кто дальше прыгнет"	1	0	1		
15	Техника разбега в прыжках в длину. Подвижная игра: "Кто дальше прыгнет"	1	0	1		
16	Техника прыжка в длину с разбега. Подвижная игра: "Салки"	1	0	1		
17	Техника прыжка в длину с разбега. Подвижная игра: "Салки"	1	0	0		
18	Броски набивного мяча. Метание теннисного мяча в цель.	1	0	1		
19	Метание теннисного мяча в цель. Подвижная игра: "Салки - догонялки"	1	0	1		
20	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1		
21	Закаливание организма под душем. Лазание по канату.	1	0	1		

22	Лазанье по канату	1	0	1		
23	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		
24	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1		
25	Прыжки через скакалку. Подвижная игра: Не оставайся на полу"	1	0	1		
26	Прыжки через скакалку. Подвижная игра: "Удочка"	1	0	1		
27	Ритмическая гимнастика	1	0	1		
28	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	1		
29	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	1		
30	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	1		
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1		
32	Челночный бег. Эстафеты с элементами гимнастики	1	0	1		
33	Эстафеты на развитие основных физических способностей	1	0	1		
34	Правила и техника безопасности на уроках кроссовой подготовки. Переменный бег до 1 мин.	1	0	1		

35	Смешанное передвижение до 3 мин. Подвижные игра: "Переправа". Ведение футбольного мяча змейкой.	1	0	1		
36	Смешанное передвижение до 4 мин. Подвижные игра: "Эстафета по кругу. Ведение футбольного мяча с обводкой препятствий.	1	0	1		
37	Смешанное передвижение до 6 мин. Подвижные игра: "Эстафета по кругу. Игра в футбол.	1	0	1		
38	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	1		
39	Бег до 8 мин. Игра в футбол.	1	0	1		
40	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1	0	1		
41	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1	0	1		
42	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	0	1		
43	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	1		
44	Ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча.	1	0	1		

	Спортивная игра баскетбол					
45	Ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Спортивная игра баскетбол	1	0	1		
46	Спортивная игра баскетбол	1	0	1		
47	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	1		
48	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		
49	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		
50	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1		
51	Броски в кольцо. Спортивная игра волейбол	1	0	1		
52	Броски в кольцо в движении. Спортивная игра волейбол	1	0	1		
53	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1		
54	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1		
55	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1		

56	Спортивная игра футбол	1	0	1		
57	Спортивная игра футбол	1	0	1		
58	Удар по неподвижному мячу. Подвижные игры с приемами футбола	1	0	1		
59	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1		
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	1		
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - девочки	1	0	0		
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	0	0		
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	0	1		
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	1		
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный	1	0	0		

	бег 3x10 м					
66	Промежуточная аттестация	1	1	0		
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	0	0		
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	62		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение». 2022

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Федеральная рабочая программа по учебному предмету "Физическая культура" ФООП НОО
- Методические рекомендации. 1—4 классы : учеб. пособие для общеобразовательных организаций / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2021. — 175 с. —(Школа России).
- Физическая культура, 1-4 класс/ Лях В.И., Акционерное общество "Издательство "Просвещение", 2021;
- Физическая культура: Матвеев А.П. 3-й класс: учебник; 5-е издание переработанное; Матвеев А.П. Акционерное общество «Издательство «Просвещение», 2022

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

-Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального образования. [http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38)- Сообщество учителей

физической культуры на портале «Сеть творческих учителей»http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com -
Образовательные сайты для учителей физической культуры
http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/ - Сайт "Я иду на урок физкультуры"
<http://spo.1september.ru/urok/> -Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkultura.ru/> http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib - сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
<http://zdd.1september.ru/> -газета "Здоровье детей" <http://spo.1september.ru/> -
<https://resh.edu.ru/subject/9/> -РЭШ (Российская электронная школа) -
<https://www.gto.ru/norms> – сайт ВФСК «ГТО»