



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Республики Башкортостан
Администрация муниципального района Мечетлинский район РБ
МОБУ СОШ с. Нижнее Бобино

<p>СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  А.А. Васева</p> <p>Протокол №1 от "28" августа 2023 г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО И.о. директора школы  А.А. Галиев</p> <p> МОБУ СОШ Нижнее Бобино Приказ №117 от "30" августа 2023 г.</p>
--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

(ID 772970)

Учебного предмета
«Физическая культура»
(для 1-4 классов образовательных организаций)

с. Нижнее Бобино 2023 г.

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 сформирована с учетом рабочей программы воспитания МОБУ СОШ с. Нижнее Бобино.

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 физкультминуток 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 культуры на уровне начального общего образования составляет – 270 часов: в 1 классе – 66 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом, упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой, стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе, подъём ног из положения лёжа на животе, сгибание рук в положении упор лёжа, прыжки в группировке, толчком двумя ногами, прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка

Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

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.

Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика

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.

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Лёгкая атлетика

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Лыжная подготовка

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Плавательная подготовка

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками, погружение в воду и всплывание, скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура.

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

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 **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;

- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

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.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;

- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

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, развитию 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

1 КЛАСС

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

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;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- – выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;

- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

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

1 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	2			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1			https://resh.edu.ru/
1.2	Осанка человека	1			https://resh.edu.ru/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	11			https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	8			https://resh.edu.ru/

2.3	Легкая атлетика	8			https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	12			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		39			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	21			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		21			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0	

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			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					

1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			https://resh.edu.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12			https://resh.edu.ru/
2.3	Легкая атлетика	14			https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные игры	19			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		59			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

3 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	2			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			https://resh.edu.ru/
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			https://resh.edu.ru/
2.3	Физическая нагрузка	2			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1			https://resh.edu.ru/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	5			https://resh.edu.ru/
2.2	Легкая атлетика	9			https://resh.edu.ru/
2.3	Лыжная подготовка	10			https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	8			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		32			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					

3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	1		https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0	

4 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	2			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3			https://resh.edu.ru/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы	1			https://resh.edu.ru/

	тела				
1.2	Закаливание организма	1			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			https://resh.edu.ru/
2.2	Легкая атлетика	9			https://resh.edu.ru/
2.3	Лыжная подготовка	12			https://resh.edu.ru/
2.4	Плавательная подготовка	14			https://resh.edu.ru/
2.5	Подвижные и спортивные игры	16			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		65			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура	1				https://interneturok.ru/lesson/fizkultura/1-klass/spisok-urokov/znakomstvo-s-predmetom-fizicheskaya-kultura?ysclid=lok48n284b267394223
2	Современные физические упражнения	1				https://multiurok.ru/files/komplieks-obshchierazvivaiushchikh-uprazhnenii-dl.html?ysclid=lok4bd6vsn817028421
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/?ysclid=lok4c4xc7u152127427
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/conspect/?ysclid=lok4cpxe2x677658037
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/conspect/?ysclid=lok4dcyqa8520032571
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/?ysclid=lok4e108tw943999298
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1				https://infourok.ru/klass-instruktazh-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-3548632.html?ysclid=lok4ervwc0999141262
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1				https://urok.1sept.ru/articles/691050?ysclid=lok4figavf167184371
9	Учимся гимнастическим	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fgos-

	упражнениям					tema-gimnastika-1-klass-4090942.html?ysclid=lok4ggxeb8965172457
10	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/conspect/?ysclid=lok4hjc41q294238952
11	Акробатические упражнения, основные техники	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/09/03/akrobatika-1-klass
12	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/conspect/?ysclid=lok4jxbuks674781233
13	Способы построения и повороты стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/conspect/?ysclid=lok4l9nlxb96577574
14	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/conspect/?ysclid=lok4ltg749467005169
15	Гимнастические упражнения с мячом	1				https://znanio.ru/media/konspekt_uroka_uprazhneniya_s_myachami_1_klass_fizicheskaya_kultura-290424?ysclid=lok4mkgvhw503650086
16	Гимнастические упражнения со скакалкой	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/conspect/?ysclid=lok4n705pd733874869
17	Гимнастические упражнения в прыжках	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/conspect/?ysclid=lok4opbcz345834126
18	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/08/20/podnimanie-tulovishcha-iz-polozheniya-lyozha
19	Подъем ног из положения	1				https://multiurok.ru/files/podemy-nog-lezha-

	лежа на животе				na-polu.html?ysclid=lok4r1v3ae389021680
20	Сгибание рук в положении упор лежа	1			https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/05/17/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoy-kulture-1-klass
21	Разучивание прыжков в группировке	1			https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-gruppirovka-iz-polozheniya-lyozha-perekati-nazad-iz-seda-v-gruppirovke-i-obratno-klass-931282.html?ysclid=lok4stoung256577910
22	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1			https://www.youtube.com/watch?v=jiWFcnjTnhM&ysclid=lok4tii2uf139764038
23	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			https://nsportal.ru/blog/shkola/fizkultura-i-obzh/all/2012/02/10/stroevye-uprazhneniya-na-lyzhakh
24	Упражнения в передвижении на лыжах	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/conspect/?ysclid=lok4uwdz62959522498
25	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/conspect/?ysclid=lok4vnzl4f488490356
26	Техника ступающего шага во время передвижения	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/
27	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/
28	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/
29	Чем отличается ходьба от	1			https://infourok.ru/teoreticheskij-urok-po-

	бега					lyogkoj-atletike-1-4-klass-4263199.html?ysclid=lok4ylgcv622378993
30	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/19/konspekt-na-temuravnomernyy-begumk-fizicheskaya-kultura
31	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/09/konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-spetsialnye-begovye
32	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2023/01/11/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-hodba-i-beg-v-kolonne
33	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/12/22/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-hodba-i-beg-v
34	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/12/22/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-hodba-i-beg-v
35	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2023/01/11/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-hodba-i-beg-v-kolonne
36	Правила выполнения прыжка в длину с места	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/conspect/?ysclid=lok53x432638630553
37	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/conspect/?ysclid=lok53x432638630553

38	Приземление после спрыгивания с горки матов	1				https://vk.com/wall-199311890_845?ysclid=lok54zfnuo687200524
39	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/conspect/?ysclid=lok57hfwfq356497242
40	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1				https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/09/17/tehnologicheskaya-karta-1-klass
41	Разучивание фазы приземления из прыжка	1				https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-s-mesta-klass-3339704.html?ysclid=lok5a8qa1i695105991
42	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1				https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-s-mesta-klass-3339704.html?ysclid=lok5a8qa1i695105991
43	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1				https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-s-mesta-klass-3339704.html?ysclid=lok5a8qa1i695105991
44	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/conspect/?ysclid=lok5btcfxd59807078
45	Обучение способам организации игровых площадок	1				https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/conspect/?ysclid=lok5cprsvt655970831
46	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				
47	Разучивание подвижной	1				https://infourok.ru/plan-konspekt-po-

	игры «Охотники и утки»					podvizhnim-igramobuchenie-igre-ohotniki-i-utki-454564.html?ysclid=lok5dz1a18649071853
48	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-podvizhnie-igri-460022.html?ysclid=lok5en2hj4440865187
49	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-podvizhnie-igri-460022.html?ysclid=lok5en2hj4440865187
50	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoy-kulture-igri-na-svezhem-vozduhe-2787511.html?ysclid=lok5fcdiia266021498
51	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				https://infourok.ru/tema-syuzhetnye-igry-soberi-yabloki-kanatohodec-hvost-i-golovadedishka-4606546.html?ysclid=lok5hm2ipb688582522
52	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-vedenie-myacha-1835247.html?ysclid=lok5iay6to913174479
53	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				https://infourok.ru/igra-pingvini-s-myachombashkirsкая-narodnaya-igra-vorobi-v-ogorode-1483783.html?ysclid=lok5iyp3ak967146570
54	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1				https://infourok.ru/chto-takoe-gto-normativi-gto-dlya-shkolnikov-1701274.html?ysclid=lok5jl7l82739910032
55	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний	1				

	(тестов) ВФСК ГТО					
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lok5lrc5wd802684446
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				https://www.youtube.com/watch?v=xSo2q09TvGo&ysclid=lok5n3z0me11186512
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1				
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-na-temu-vypolnenie-normativov-vfsk-gto-4949874.html?ysclid=lok5qdhoi6721852442
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-brosok-nabivnogo-myacha-1-klasse-4046824.html?ysclid=lok5r0zlv0149351350
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/recomendations/56eacedcb5cf1c1c018b4572?ysclid=lok5skqxn3596480948

62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				https://www.gto.ru/recomendations/56ead160b5cf1c2d018b456a?ysclid=lok5tz52eg315493302
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://infourok.ru/vipolnenie-normativa-vfsk-gto-naklon-vpered-iz-polozheniya-stoya-s-pryamimi-nogami-tehnika-vipolneniya-sudeystvo-etapa-sposobi-r-3781336.html?ysclid=lok5ukvk3w126344536
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-klassa-podvizhnie-igri-kompleks-gto-1606851.html?ysclid=lok5vr56dy914241901
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1				https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-chelnochniy-beg-metrov-klass-2027404.html?ysclid=lok5wkuez1315104665
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1			01.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/conspect/?ysclid=lol6pkn0xx371316174
2	Зарождение Олимпийских игр	1			04.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/conspect/?ysclid=lol6q549d624392498
3	Современные Олимпийские игры	1			06.09.2023	https://infourok.ru/prezentaciya_k_uroku_fizicheskoy_kultury_na_temu_sovremennye_olimpiyskie_igry_2_klass-312231.htm?ysclid=lol6qpmjre473544262
4	Физическое развитие	1			08.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/?ysclid=lol6rav2yl286415982
5	Физические качества	1			11.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/?ysclid=lol6rav2yl286415982
6	Сила как физическое качество	1			13.09.2023	https://infourok.ru/tb-na-zanyatiyah-sila-kak-fizicheskoe-kachestvo-6319395.html?ysclid=lol6s9y1tt751380154
7	Быстрота как физическое качество	1			15.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/?ysclid=lol6t2oaf3645448327
8	Выносливость как физическое качество	1			18.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/conspect/?ysclid=lol6tmoo9d22331986
9	Гибкость как физическое качество	1			20.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/conspect/?ysclid=lol6uhrrub878512466
10	Развитие координации	1			22.09.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-

	движений					fizicheskoy-kulture-klass-po-teme-razvitie-koordinacii-3457819.html?ysclid=lol6v28hpn572015052
11	Развитие координации движений	1			25.09.2023	https://multiurok.ru/index.php/files/otkryt-yi-urok-razvitie-koordinatsionnykh-sposobn-1.html?ysclid=lol6vp9k7d986067513
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1			27.09.2023	https://infourok.ru/dnevnik-samokontrolya-2-4-klass-4397017.html?ysclid=lol6wgoy4m927104108
13	Закаливание организма	1			29.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/conspect/?ysclid=lol6x3nqce933301185
14	Утренняя зарядка	1			02.10.2023	https://infourok.ru/kompleks-utrenney-gimnastiki-dlya-klassa-3646677.html?ysclid=lol6xovto5802290452
15	Составление комплекса утренней зарядки	1			04.10.2023	https://infourok.ru/vneklassnoe-zanyatie-na-zaryadku-stanovis-2-klass-4361066.html?ysclid=lol6z9j4xk730107171
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1			06.10.2023	https://multiurok.ru/index.php/files/konspekt-uroka-po-fizkul-turie-2.html?ysclid=lol70488tr679105892
17	Строевые упражнения и команды	1			09.10.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/?ysclid=lol70ubdve261956502
18	Строевые упражнения и команды	1			11.10.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/?ysclid=lol70ubdve261956502
19	Прыжковые упражнения	1			13.10.2023	https://infourok.ru/2-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-

						legkaya-atletika-pryzhkovye-uprazhneniya-na-odnoj-noge-i-dvuh-nogah-na-meste-i-s-prod-4137178.html?ysclid=lol71nslf0434066278
20	Прыжковые упражнения	1			16.10.2023	https://infourok.ru/2-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-pryzhkovye-uprazhneniya-na-odnoj-noge-i-dvuh-nogah-na-meste-i-s-prod-4137178.html?ysclid=lol71nslf0434066278
21	Гимнастическая разминка	1			18.10.2023	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-gimnastike-dlya-2-klassa-6314933.html?ysclid=lol72ed814101069881
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1			20.10.2023	https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnosti-ravnovesie-hodba-po-gimnasticheskoi-skamejke-2-klass-5076658.html?ysclid=lol731xupi294719014
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1			23.10.2023	https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnosti-ravnovesie-hodba-po-gimnasticheskoi-skamejke-2-klass-5076658.html?ysclid=lol731xupi294719014
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			25.10.2023	https://infourok.ru/urok-vo-2-klasse-pryzhki-cherez-korotkuyu-skakalku-6514430.html?ysclid=lol73vvgwt590287411
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			27.10.2023	https://infourok.ru/urok-vo-2-klasse-pryzhki-cherez-korotkuyu-skakalku-

						6514430.html?ysclid=lol73vwgwt590287411
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1			08.11.2023	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-fizkulturi-vo-klasse-uprazhneniya-s-myachami-1935063.html?ysclid=lol74up0xq528179494
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1			10.11.2023	https://infourok.ru/razrabotka-uroka-fizkulturi-vo-klasse-uprazhneniya-s-myachami-1935063.html?ysclid=lol74up0xq528179494
28	Танцевальные гимнастические движения	1			13.11.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-fizkultura-v-ritme-tanca-2-klass-5015764.html?ysclid=lol75lcvr2388740983
29	Танцевальные гимнастические движения	1			15.11.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-fizkultura-v-ritme-tanca-2-klass-5015764.html?ysclid=lol75lcvr2388740983
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1			17.11.2023	https://infourok.ru/fizicheskaya-kultura-2-klass-shkola-rossii-obyasnenie-pravil-bezopasnogo-povedeniya-na-urokah-lyzhnoj-podgotovki-razuchivanie-ig-5073130.html?ysclid=lol769a1e6577754
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1			20.11.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/conspect/?ysclid=lol76wyh3j917672173
32	Спуск с горы в основной стойке	1			22.11.2023	https://urok.1sept.ru/articles/698497?ysclid=lol77wiepy611471069
33	Спуск с горы в основной	1			24.11.2023	https://urok.1sept.ru/articles/698497?ysclid=lol77wiepy611471069

	стойке					d=lol77wiepy611471069
34	Подъем лесенкой	1			27.11.2023	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-uchaschihsya-klassa-lizhnaya-podgotovka-podyom-lesenkoy-v-uklon-3189562.html?ysclid=lol79kr4z548941944
35	Подъем лесенкой	1			29.11.2023	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-uchaschihsya-klassa-lizhnaya-podgotovka-podyom-lesenkoy-v-uklon-3189562.html?ysclid=lol79kr4z548941944
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1			01.12.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-sovershenstvovanie-spuskov-i-podyomov-2-klass-5123005.html?ysclid=lol7aql01j982181030
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1			04.12.2023	https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/lyzhnaia_podgotovka_podiemy_i_spuski_po_d_uklon?ysclid=lol7b3ub44669281992
38	Торможение лыжными палками	1			06.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/?ysclid=lol7eyo746346762790
39	Торможение лыжными палками	1			08.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/?ysclid=lol7eyo746346762790
40	Торможение падением на бок	1			11.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/main/?ysclid=lol7foz5ix297208959
41	Торможение падением на бок	1			13.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/main/?ysclid=lol7foz5ix297208959
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			15.12.2023	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/02/19/metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture

43	Броски мяча в неподвижную мишень	1			18.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/conspect/?ysclid=lol7hba0hb959255652
44	Броски мяча в неподвижную мишень	1			20.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/conspect/?ysclid=lol7hba0hb959255652
45	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			22.12.2023	https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-pryzhkovye-uprazhneniia-pryzhki-che.html?ysclid=lol7i0h4zk8241944
46	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			25.12.2023	https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-pryzhkovye-uprazhneniia-pryzhki-che.html?ysclid=lol7i0h4zk8241944
47	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			27.12.2023	https://infourok.ru/konspekt-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-pryzhok-v-vysotu-s-razbega-2-klass-4314414.html?ysclid=lol7in3am8855691839
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			29.12.2023	https://infourok.ru/konspekt-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-pryzhok-v-vysotu-s-razbega-2-klass-4314414.html?ysclid=lol7in3am8855691839
49	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			10.01.2024	https://multiurok.ru/files/tekhnologicheskaja-karta-uroka-2-klass-tema-uroka.html?ysclid=lol7ja7m7n255298223
50	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			12.01.2024	https://multiurok.ru/files/tekhnologicheskaja-karta-uroka-2-klass-tema-uroka.html?ysclid=lol7ja7m7n255298223
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны,	1			15.01.2024	https://infourok.ru/rabochaya-programma-fizicheskaja-kultura-2-klass-6462244.html?ysclid=lol7k586lq991169788

	разведением и сведением рук					
52	Бег с поворотами и изменением направлений	1			17.01.2024	https://infourok.ru/konspekt-uroka-2-klass-beg-s-izmenenie-napravleniya-5202004.html?ysclid=lol7ku7r4k777932355
53	Бег с поворотами и изменением направлений	1			19.01.2024	https://infourok.ru/konspekt-uroka-2-klass-beg-s-izmenenie-napravleniya-5202004.html?ysclid=lol7ku7r4k777932355
54	Сложно координированные беговые упражнения	1			22.01.2024	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/18/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-0
55	Сложно координированные беговые упражнения	1			24.01.2024	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/18/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-0
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1			26.01.2024	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/08/22/podvizhnye-igr-s-elementami-sportivnyh-igr
57	Игры с приемами баскетбола	1			29.01.2024	https://infourok.ru/urok-fizkultury-na-temu-podvizhnye-igr-s-elementami-basketbola-2-klass-4322020.html?ysclid=lol7mxadf0583176610
58	Игры с приемами баскетбола	1			31.01.2024	https://infourok.ru/urok-fizkultury-na-temu-podvizhnye-igr-s-elementami-basketbola-2-klass-4322020.html?ysclid=lol7mxadf0583176610
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			02.02.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/conspect/?ysclid=lol7nvez3i306705695
60	Приемы баскетбола: мяч	1			05.02.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/co

	среднему и мяч соседу					nspect/?ysclid=lol7nvez3i306705695
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			07.02.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-k-uroku-vo-2-klasse-4575495.html?ysclid=lol7olensz893976554
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			09.02.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-k-uroku-vo-2-klasse-4575495.html?ysclid=lol7olensz893976554
63	Прием «волна» в баскетболе	1			12.02.2024	https://ya.ru/video/preview/16750499637757086072
64	Прием «волна» в баскетболе	1			14.02.2024	https://ya.ru/video/preview/16750499637757086072
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			16.02.2024	https://multiurok.ru/index.php/files/tehnologicheskaja-karta-podvizhnaia-igra-metko-v.html?ysclid=lol7ro2t1d272531671
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			19.02.2024	https://multiurok.ru/index.php/files/tehnologicheskaja-karta-podvizhnaia-igra-metko-v.html?ysclid=lol7ro2t1d272531671
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1			21.02.2024	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizkulture-klass-igra-gonka-myachey-po-krugu-3020709.html?ysclid=lol7s7zgj7831773089
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1			23.02.2024	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizkulture-klass-igra-gonka-myachey-po-krugu-3020709.html?ysclid=lol7s7zgj7831773089
69	Футбольный бильярд	1			26.02.2024	https://infourok.ru/pravila-igry-futbolnyj-bilyard-4547880.html?ysclid=lol7t3gpji952158454
70	Футбольный бильярд	1			28.02.2024	https://infourok.ru/pravila-igry-futbolnyj-bilyard-4547880.html?ysclid=lol7t3gpji952158454

						bilyard-4547880.html?ysclid=lol7t3gpji952158454
71	Бросок ногой	1			01.03.2024	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/02/03/broski-i-lovlya-myacha-v-parah-2-klass-konspekt-uroka
72	Бросок ногой	1			04.03.2024	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/02/03/broski-i-lovlya-myacha-v-parah-2-klass-konspekt-uroka
73	Подвижные игры на развитие равновесия	1			06.03.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/conspect/?ysclid=lol7u28eax830235381
74	Подвижные игры на развитие равновесия	1			08.03.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/conspect/?ysclid=lol7u28eax830235381
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1			11.03.2024	https://infourok.ru/tablica-normativov-po-fizkulture-2-klassa-5832081.html?ysclid=lol7wd8i9w894477702
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			13.03.2024	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2018/01/28/instruktsiy-po-tehnike-bezopasnosti-2-klass
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			15.03.2024	https://infourok.ru/beg-na-metrov-klass-1565511.html?ysclid=lol7y9et3r823793675
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м.	1			18.03.2024	https://infourok.ru/beg-na-metrov-klass-1565511.html?ysclid=lol7y9et3r823793675

	Эстафеты					
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			20.03.2024	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/379997-hodba-na-lyzhah-po-distancii-1-km-sdacha-norm?ysclid=lol80f5jzs106673523
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			22.03.2024	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/379997-hodba-na-lyzhah-po-distancii-1-km-sdacha-norm?ysclid=lol80f5jzs106673523
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			01.04.2024	https://www.gto.ru/recomendations/56ead2feb5cf1c58018b456b?ysclid=lol8289hhq416068740
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			03.04.2024	https://www.gto.ru/recomendations/56ead2feb5cf1c58018b456b?ysclid=lol8289hhq416068740
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			05.04.2024	https://www.gto.ru/recomendations/56ead2feb5cf1c58018b456b?ysclid=lol8289hhq416068740
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			08.04.2024	https://www.gto.ru/recomendations/56ead2feb5cf1c58018b456b?ysclid=lol8289hhq416068740

85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			10.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			12.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			15.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			17.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
89	Освоение правил и техники	1			19.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-

	выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			22.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			24.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			26.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			29.04.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание	1			01.05.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074

	туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			03.05.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			06.05.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			08.05.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
98	Годовая промежуточная аттестация	1	1		13.05.2024	
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1			17.05.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1			20.05.2024	https://infourok.ru/pravila-vipolneniya-uprazhneniy-dlya-sdachi-normativov-gto-2438332.html?ysclid=lol84o38r4331414074
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением	1			22.05.2024	

	правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО					
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1			24.05.2024	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1	0		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1			04.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/main/?ysclid=lok66u106f502560585
2	История появления современного спорта	1			07.09.2023	https://infourok.ru/plan-konspekt-urokaistoriya-vozniknoveniya-razlichnih-vidov-sporta-1339079.html?ysclid=lok6downjl448420258
3	Виды физических упражнений	1			11.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/conspect/?ysclid=lok6er9otp341409693
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			14.09.2023	https://vk.com/wall-194617501_662?ysclid=lok6fp0760966158457
5	Дозировка физических нагрузок	1			18.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/conspect/?ysclid=lok6hfo3ub314776995
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			21.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/conspect/?ysclid=lok6i14tnf876851748
7	Закаливание организма под душем	1			25.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/conspect/?ysclid=lok6j514vg114993095
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			28.09.2023	https://infourok.ru/urok-s-ispolzovaniem-zdorovesberegayuschih-tehnologiy-gimnastika-klass-2195198.html?ysclid=lok6k538n1796341229

9	Строевые команды и упражнения	1			02.10.2023	https://infourok.ru/urok-po-stroevie-podgotovke-v-klasse-3451295.html?ysclid=lok6kptdx8374194931
10	Строевые команды и упражнения	1			05.10.2023	https://infourok.ru/urok-po-stroevie-podgotovke-v-klasse-3451295.html?ysclid=lok6kptdx8374194931
11	Лазанье по канату	1			09.10.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-lazane-po-kanatu-3-klass-5058131.html?ysclid=lok6llmbnd372844464
12	Лазанье по канату	1			12.10.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-lazane-po-kanatu-3-klass-5058131.html?ysclid=lok6llmbnd372844464
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1			16.10.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-tema-uroka-gimnastika-obuchenie-lazanyu-po-gimnasticheskoy-skameyke-s-perehodom-n-1910483.html?ysclid=lok6mep6su979017516
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1			19.10.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-tema-uroka-gimnastika-obuchenie-lazanyu-po-gimnasticheskoy-skameyke-s-perehodom-n-1910483.html?ysclid=lok6mep6su979017516

15	Передвижения по гимнастической стенке	1			23.10.2023	https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-na-temu-lazane-po-gimnasticheskoy-stenke-pristavnimi-shagami-964178.html?ysclid=lok6n36q40378279620
16	Передвижения по гимнастической стенке	1			26.10.2023	https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-na-temu-lazane-po-gimnasticheskoy-stenke-pristavnimi-shagami-964178.html?ysclid=lok6n36q40378279620
17	Прыжки через скакалку	1			09.11.2023	https://infourok.ru/urok-fk-3-klass-prizhki-v-skakalku-4020425.html?ysclid=lok6nriknn642302022
18	Ритмическая гимнастика	1			13.11.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-ritmicheskaya-gimnastika-1057592.html?ysclid=lok6ochwfm305438666
19	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			16.11.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-klass-shkola-rossii-osvoenie-tancevalnih-uprazhneniy-i-razvitie-koordinacii-shagi-galopa-v-800690.html?ysclid=lok6pia6mv400924749
20	Танцевальные упражнения из танца полька	1			20.11.2023	https://multiurok.ru/index.php/files/konspekt-

					polka.html?ysclid=lok6qdfj1t350408985
21	Прыжок в длину с разбега	1		23.11.2023	https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhkovie-uprazhneniya-prizhok-v-dlinu-s-razbega-klass-2274646.html?ysclid=lok6qyv52h454100063
22	Броски набивного мяча	1		27.11.2023	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-na-temu-razvitie-silovih-kachestv-brosok-nabivnogo-myacha-kg-2765604.html?ysclid=lok6rjl31p33974134
23	Броски набивного мяча	1		30.11.2023	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-na-temu-razvitie-silovih-kachestv-brosok-nabivnogo-myacha-kg-2765604.html?ysclid=lok6rjl31p33974134
24	Челночный бег	1		04.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/conspect/?ysclid=lok6s8tsbr758044169
25	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		07.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/?ysclid=lok6sggcjs107307210
26	Беговые упражнения с координационной сложностью	1		11.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/?ysclid=lok6sggcjs107307210
27	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1		14.12.2023	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-3-klass-odnovremennyj-dvuhshazhnyj-hod-6443760.html?ysclid=lok6tz62ev930000840
28	Повороты на лыжах способом	1		18.12.2023	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-

	переступания на месте					teme-povorot-na-meste-s-perestupaniem-lizh-klass-1250981.html?ysclid=lok6ujhsxe602599132
29	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1			21.12.2023	https://infourok.ru/povorot-perestupaniem-prohozhdenie-distancii-1-5-km-3b-4148015.html?ysclid=lok6vdql6l311314964
30	Повороты на лыжах способом переступания	1			25.12.2023	https://infourok.ru/povorot-perestupaniem-prohozhdenie-distancii-1-5-km-3b-4148015.html?ysclid=lok6vdql6l311314964
31	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1			28.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/conspect/223779/?ysclid=lok6wdmr3g296439307
32	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1			11.01.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/conspect/223779/?ysclid=lok6wdmr3g296439307
33	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1			15.01.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-lizhnaya-podgotovka-peredvizheniya-na-lizhah-spusk-s-pologo-sklona-tormozhenie-plugom-3915059.html?ysclid=lok6xb9xme188028197
34	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1			18.01.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-lizhnaya-podgotovka-peredvizheniya-na-lizhah-spusk-s-pologo-sklona-tormozhenie-plugom-3915059.html?ysclid=lok6xb9xme1880281

						97
35	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			22.01.2024	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/15/urok-po-teme-podvizhnye-igry-v-3-klasse
36	Спортивная игра баскетбол	1			25.01.2024	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-basketbol-3-klass-5130393.html?ysclid=lol1fi3668327290323
37	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			29.01.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-3-klassa-po-basketbolu-na-temu-stojka-basketbolista-lovlya-i-peredacha-my-5129339.html?ysclid=lol3u6rzpu624413996
38	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			01.02.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-3-klassa-po-basketbolu-na-temu-stojka-basketbolista-lovlya-i-peredacha-my-5129339.html?ysclid=lol3u6rzpu624413996
39	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			05.02.2024	https://multiurok.ru/index.php/files/plan-konspekt-uroka-dlia-3-klassa-podvizhny-ie-ig.html?ysclid=lol3vbobw1446000743
40	Спортивная игра волейбол	1			08.02.2024	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-voleybolu-v-klasse-3420794.html?ysclid=lol3vx8pik320969307
41	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			12.02.2024	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskaya-kultura-na-temu-peredacha-myacha-snizu-dvumya-rukami-klass-

					2798158.html?ysclid=lol3whvjht63373399 9
42	Спортивная игра футбол	1			15.02.2024 https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-v-3-klasse-po-teme-futbol-4361237.html?ysclid=lol3x6c79157053001
43	Подвижные игры с приемами футбола	1			19.02.2024 https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/12/28/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kultury-po-teme-2
44	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1			22.02.2024 https://infourok.ru/tablica-normativov-po-fizkulture-3-klasse-5832082.html?ysclid=lol3yeglaw17414279 8
45	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			26.02.2024
46	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			29.02.2024 https://ya.ru/video/preview/12843239126276145575
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			04.03.2024 https://ya.ru/video/preview/12843239126276145575
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			07.03.2024 https://ya.ru/video/preview/12679250899525143482
49	Освоение правил и техники	1			11.03.2024 https://ya.ru/video/preview/12679250899

	выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м					525143482
50	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			14.03.2024	https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-uroka-dlia-3-klassa-krossovaia-podg.html?ysclid=lol45d0plp544134008
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			18.03.2024	https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-uroka-dlia-3-klassa-krossovaia-podg.html?ysclid=lol45d0plp544134008
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			21.03.2024	https://infourok.ru/estafeti-na-lizhah-i-sankah-dlya-h-klassov-2519877.html?ysclid=lol4625esm168277089
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			01.04.2024	https://infourok.ru/estafeti-na-lizhah-i-sankah-dlya-h-klassov-2519877.html?ysclid=lol4625esm168277089
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			04.04.2024	https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html?ysclid=lol47fmw3l816761186
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1			08.04.2024	https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html?ysclid=lol47fmw3l816761186

	перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			11.04.2024	https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html?ysclid=lol47fmw3l816761186
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			15.04.2024	https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html?ysclid=lol47fmw3l816761186
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			18.04.2024	https://yrok.pф/library/urok_fizicheskoy_kulturi_na_temu_testirovanie_na_132903.html?ysclid=lol48fsbfc825774557
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			22.04.2024	https://yrok.pф/library/urok_fizicheskoy_kulturi_na_temu_testirovanie_na_132903.html?ysclid=lol48fsbfc825774557
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя	1			25.04.2024	https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-uroka-3-klass-pryzhok-v-dlinu-s-mie.html?ysclid=lol499mdcx120447185

	ногами. Эстафеты					
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			29.04.2024	https://multiurok.ru/files/plan-konspiect-uroka-3-klass-pryzhok-v-dlinu-s-mie.html?ysclid=lol499mdcx120447185
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			02.05.2024	https://uchitelya.com/fizkultura/140927-tehnologicheskaya-karta-uroka-testirovanie-podema-tulovischa.html
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			06.05.2024	https://uchitelya.com/fizkultura/140927-tehnologicheskaya-karta-uroka-testirovanie-podema-tulovischa.html
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			09.05.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5522/conspect/?ysclid=lol4agquta825097776
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			13.05.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5522/conspect/?ysclid=lol4agquta825097776
66	Годовая промежуточная	1	1		16.05.2024	

	аттестация					
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			20.05.2024	https://infourok.ru/konspekt-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-chelnochnyj-beg-3h10-3-klass-5542671.html?ysclid=lol4b4tgzl265214772
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			23.05.2024	https://infourok.ru/konspekt-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-chelnochnyj-beg-3h10-3-klass-5542671.html?ysclid=lol4b4tgzl265214772
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1			04.09.2023	
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			06.09.2023	
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			07.09.2023	
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			11.09.2023	
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			13.09.2023	
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			14.09.2023	
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			18.09.2023	
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			20.09.2023	
9	Закаливание организма	1			25.09.2023	
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			27.09.2023	
11	Акробатическая комбинация	1				

					28.09.2023	
12	Акробатическая комбинация	1			02.10.2023	
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			04.10.2023	
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			05.10.2023	
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			09.10.2023	
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			11.10.2023	
17	Обучение опорному прыжку	1			12.10.2023	
18	Обучение опорному прыжку	1			16.10.2023	
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1			18.10.2023	
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1			19.10.2023	
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			23.10.2023	
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			25.10.2023	
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			26.10.2023	
24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			08.11.2023	
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				

					09.11.2023	
26	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			13.11.2023	
27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			15.11.2023	
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			16.11.2023	
29	Беговые упражнения	1			20.11.2023	
30	Беговые упражнения	1			22.11.2023	
31	Метание малого мяча на дальность	1			23.11.2023	
32	Метание малого мяча на дальность	1			27.11.2023	
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1			29.11.2023	
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			30.11.2023	
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			04.12.2023	
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			06.12.2023	
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			07.12.2023	
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1			11.12.2023	
39	Имитационные упражнения в передвижении на	1				

	лыжах				13.12.2023	
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			14.12.2023	
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			18.12.2023	
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			20.12.2023	
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1			21.12.2023	
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1			25.12.2023	
45	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1			27.12.2023	
46	Подводящие упражнения	1			28.12.2023	
47	Подводящие упражнения	1			10.01.2024	
48	Подводящие упражнения	1			11.01.2024	
49	Упражнения с плавательной доской	1			15.01.2024	
50	Упражнения с плавательной доской	1			17.01.2024	
51	Упражнения в скольжении на груди	1			18.01.2024	
52	Упражнения в скольжении на груди	1				

					22.01.2024	
53	Плавание кролем на спине в полной координации	1			24.01.2024	
54	Плавание кролем на спине в полной координации	1			25.01.2024	
55	Упражнения в плавании способом кроль	1			29.01.2024	
56	Упражнения в плавании способом кроль	1			31.01.2024	
57	Упражнения в плавании способом кроль	1			01.02.2024	
58	Упражнения в плавании способом кроль	1			05.02.2024	
59	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			07.02.2024	
60	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			08.02.2024	
61	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			12.02.2024	
62	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			14.02.2024	
63	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			15.02.2024	
64	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			19.02.2024	
65	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			21.02.2024	
66	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				

					22.02.2024	
67	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			26.02.2024	
68	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			28.02.2024	
69	Упражнения из игры волейбол	1			29.02.2024	
70	Упражнения из игры волейбол	1			04.03.2024	
71	Упражнения из игры баскетбол	1			06.03.2024	
72	Упражнения из игры баскетбол	1			07.03.2024	
73	Упражнения из игры футбол	1			11.03.2024	
74	Упражнения из игры футбол	1			13.03.2024	
75	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1			14.03.2024	
76	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			18.03.2024	
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			20.03.2024	
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			21.03.2024	
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			01.04.2024	
80	Освоение правил и техники выполнения	1				

	норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м				03.04.2024	
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			04.04.2024	
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			08.04.2024	
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			10.04.2024	
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			11.04.2024	
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			15.04.2024	
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			17.04.2024	
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			19.04.2024	
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			22.04.2024	
89	Освоение правил и техники выполнения	1				

	норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры				24.04.2024	
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			25.04.2024	
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			29.04.2024	
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			01.05.2024	
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			02.05.2024	
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			06.05.2024	
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			08.05.2024	
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			09.05.2024	
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			13.05.2024	

98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			15.05.2024	
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1			16.05.2024	
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1			20.05.2024	
101	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			22.05.2024	
102	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	1		23.05.2024	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П.,Акционерное общество «Издательство «Просвещение»»;Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»»;Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»»;Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»»

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f411892> <https://resh.edu.ru/>

