

# **МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования, науки и молодёжи Республики Крым**

**ГБОУ РК "Керченская школа-интернат с усиленной физической подготовкой"**

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического совета

---

Руководитель МС Ашнина О.Э.

протокол № 2  
от «30» августа 2023 г.  
СОГЛАСОВАНО  
заместитель директора

---

Ежелева Е.П.

приказ № 2  
от «30» августа 2023 г.  
УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора ГБОУ РК "КШИФ"

---

приказ № 265  
от «30» августа 2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 730564)

**учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)**

для обучающихся 1 – 4 классов

**г.Керчь, 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 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 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 часа (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, перекиды 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 физкультурминутки 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 закалывающими 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, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **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, перекачиванию;
- 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 в движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать прироста 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	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1	Знания о физической культуре	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	2		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>				
2.1	Режим дня школьника	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	1		
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>				
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>				
1.1	Гигиена человека	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
1.2	Осанка человека	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	3		
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16		<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>
2.2	Легкая атлетика	16		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.3	Подвижные и спортивные игры	18		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
Итого по разделу		50		
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		10		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0
<b>2 КЛАСС</b>				
№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1	Знания о физической культуре	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		1		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>				
2.1	Физическое развитие и его измерение	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		2		
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>				
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>				
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		2		

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.2	Легкая атлетика	14		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.3	Подвижные игры	17		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		45		
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	18		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		18		
<b>Название модуля</b>				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0
<b>3 КЛАСС</b>				
№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1	Знания о физической культуре	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		2		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>				
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.3	Физическая нагрузка	2			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	4			
	<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>				
	<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>				
1.1	Закаливание организма	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	2			
	<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.2	Легкая атлетика	10			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.3	Подвижные и спортивные игры	16			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	42			
	<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	18			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
	Итого по разделу	18			
	<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>	68	0	0	

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1	Знания о физической культуре	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		2		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>				
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		5		
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>				
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>				
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
1.2	Закаливание организма	1		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		2		
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.2	Легкая атлетика	9		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
2.3	Подвижные и спортивные игры	16		<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		39		

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	20			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
Итого по разделу		20			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		68	0	0	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1	Что такое физическая культура	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
2	Современные физические упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая	

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
9	Исходные положения в физических упражнениях	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
10	Учимся гимнастическим упражнениям	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
11	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
12	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
13	Акробатические упражнения, основные техники	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
14	Способы построения и повороты стоя на месте	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
15	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
16	Гимнастические упражнения с мячом	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
17	Гимнастические упражнения со скакалкой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
18	Гимнастические упражнения в прыжках	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
19	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
20	Подъем ног из положения лежа на животе	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
21	Сгибание рук в положении упор лежа	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
22	Разучивание прыжков в группировке	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
23	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
24	Чем отличается ходьба от бега	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
25	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
26	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Парная

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
27	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
28	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
29	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
30	Правила выполнения прыжка в длину с места	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
31	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
32	Приземление после спрыгивания с горки матов	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
33	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
34	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
35	Разучивание фазы приземления из прыжка	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
36	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
37	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
38	Считалки для подвижных игр	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
39	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
40	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
41	Обучение способам организации игровых площадок	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
42	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
43	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
44	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
45	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
46	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
47	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
48	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
49	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
50	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
51	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
	бег. Подвижные игры				<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
58	Освоение правил техники выполнения норматива комплекса ГТО . Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры.	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
59	Освоение правил техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель . Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
61	Освоение правил техники безопасности норматива комплекса ГТО. Наклон вперёд из	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
	положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.				<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
65	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1- 2 ступени ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1- 2 ступени ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>66</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
2	Зарождение Олимпийских игр	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
3	Современные Олимпийские игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
4	Физическое развитие	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
5	Физические качества	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
6	Сила как физическое качество	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
7	Быстрота как физическое качество	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
8	Выносливость как физическое качество	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
9	Гибкость как физическое качество	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
10	Развитие координации движений	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
11	Дневник наблюдений по физической культуре	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
12	Закаливание организма	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
13	Утренняя зарядка	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
14	Составление комплекса утренней зарядки	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
15	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
16	Строевые упражнения и команды	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
17	Прыжковые упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
18	Гимнастическая разминка	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
19	Ходьба на гимнастической скамейке	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
20	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
21	Упражнения с гимнастическим мячом	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
22	Танцевальные гимнастические движения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
23	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
24	Броски мяча в неподвижную мишень	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
25	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
26	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
27	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
28	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
29	Бег с поворотами и изменением направлений	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
30	Сложно координированные беговые упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
31	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
32	Игры с приемами баскетбола	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
33	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
34	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
35	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
36	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
37	Прием «волна» в баскетболе	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
38	Прием «волна» в баскетболе	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
39	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
40	Гонка мячей и слалом с мячом	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
41	Гонка мячей и слалом с мячом	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
42	Футбольный бильярд	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
43	Футбольный бильярд	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
44	Бросок ногой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
45	Бросок ногой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
46	Подвижные игры на развитие равновесия	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
47	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
48	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
50	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
55	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			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
67	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

**ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ  
3 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
1	Физическая культура у древних народов	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
2	История появления современного спорта	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
3	Виды физических упражнений	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
5	Дозировка физических нагрузок	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
7	Закаливание организма под душем	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
9	Строевые команды и упражнения	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
10	Строевые команды и упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
11	Лазанье по канату	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
12	Лазанье по канату	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
14	Передвижения по гимнастической стенке	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
15	Прыжки через скакалку	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
16	Прыжки через скакалку	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
17	Ритмическая гимнастика	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	
18	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
19	Танцевальные упражнения из танца полька	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
20	Прыжок в длину с разбега	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
21	Броски набивного мяча	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
22	Броски набивного мяча	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
23	Челночный бег	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
24	Челночный бег	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
25	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
26	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
27	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
28	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
29	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
30	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
31	Спортивная игра баскетбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
32	Спортивная игра баскетбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
33	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
34	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
35	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
36	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
37	Спортивная игра волейбол	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
38	Спортивная игра волейбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
39	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
40	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
41	Спортивная игра футбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
42	Спортивная игра футбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
43	Подвижные игры с приемами футбола	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
44	Подвижные игры с приемами футбола	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
45	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
46	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
50	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			<a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
53	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			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
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			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
57	Освоение правил и техники выполнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
	норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры				<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
64	Освоение правил и техники выполнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Виды деятельности
		Всего	Контрольные работы			
	норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры				<a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
67	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
1	Из истории развития физической культуры в России	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
9	Закаливание организма	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
11	Акробатическая комбинация	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
12	Акробатическая комбинация	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
17	Обучение опорному прыжку	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
18	Обучение опорному прыжку	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
26	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
29	Беговые упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
30	Беговые упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
31	Метание малого мяча на дальность	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
32	Метание малого мяча на дальность	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
33	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
34	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
35	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
36	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
37	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
38	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Парная
39	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
40	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
41	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
42	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
43	Упражнения из игры волейбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
44	Упражнения из игры волейбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
45	Упражнения из игры баскетбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
46	Упражнения из игры баскетбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
47	Упражнения из игры футбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
48	Упражнения из игры футбол	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
49	Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
50	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы			
	полу. Эстафеты					
58	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			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>	Групповая

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
	места толчком двумя ногами. Эстафеты				<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>		
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>	Групповая	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0			

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

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

Учебники 1-4 класс Физическая культура

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»;

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для

учреждений общего и начального профессионального образования.

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

2. Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет

«Физическая культура».

<http://www.openclass.ru/>

3. Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть

творческих учителей»

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

4. Образовательные сайты для учителей физической культуры

[http://metodsovet.su/dir/fiz\\_kultura/9](http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9)

5. Сайт "Я иду на урок физкультуры"

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

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

7. сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

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

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

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

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

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

12. <http://sportlaws.infosport.ru>

Спортивное право. База данных, содержащая нормативные и законодательные акты, регулирующие правовые, организационные, экономические и социальные отношения в сфере физической культуры и

спорта

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

14. [members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm](http://members.fortunecity.com/healthdoc/default.htm)

Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления и т.п

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

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

Если хочешь быть здоров. Публикуются различные материалы по физкультуре и спорту, различным методикам оздоровления и т.п.

17. Интернет-ресурсы. Материалы для учителя физкультуры на сайте  
Zavuch.Info. 05.01.2010.

[www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php](http://www.edunet.uz/media/e-resource/detail.php)

18. Журнал "Теория и практика физической культуры"

<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/2006N6/Index.htm>

19. Правила различных спортивных игр <http://sportrules.boom.ru/>

20. Спортивные ресурсы в сети Интернет

[http://www.nlr.ru/res/inv/ic\\_sport/index.php](http://www.nlr.ru/res/inv/ic_sport/index.php)

21. <http://lib.sportedu.ru/press/flevot/2005N6/Index.htm> - Российский

журнал «Физическая культура».

22. <http://lib.sportedu.ru/Press/TRFK/2006N6/Index.htm> - Журнал «Теория

и практика физической культуры».

23. <http://sporttenles.boom.ru> – Правила различных спортивных игр.

24. <http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat.no=22924 lih.no=329228 hnpf> –

сеть творческих учителей/сообщество учителей физической культуры.

25. <http://www.trainer.h1.ru/> - Сайт учителя физической культуры.

26. <http://zdd.1september.ru/> - Газета «Здоровье детей».

27. <http://spo.1september.ru/> - Газета «Спорт в школе».

28. <http://www.pfo.ru> – Сайт Приволжского федерального округа.

29. <http://www.sportreferats.narod.ru/> - Рефераты на спортивную тематику.

30. <http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура:

воспитание, образование, тренировка.

Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии

Образования, Российской Государственной Академии Физической

Культуры.

31. <http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры.

Ежемесячный научнотеоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской государственной Академии физической культуры.

32. <http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index/htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

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

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

35. <http://ww.kindersport.ru/> - Kindersport. Материалы о детском и юношеском спорте. Информация со стадионов Москвы и регионов. Фотогалерея. Календари игр. Об экипировке. Положения о соревнованиях. Чат. Ссылки.

36. <http://olympic.ware.com.ua/> - OlympicWare. Этот веб-сайт полностью посвящен Олимпийским играм. Его базы содержат данных о всех Олимпиадах начиная с 1896 года(первые игры в Афинах).

