

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования Ростовской
области

Отдел образования Администрации Каменского района

МБОУ Астаховская СОШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель
школьного МО

Голубина М.Ю.
Приказ №1 от «29» августа
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Пимонова Ж.В.
Приказ №1 от «30» августа
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Перепелицын А.В.
Приказ №113 от «31»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3450460)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 4 классов

п. Молодежный 2023

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, закалывающих 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 – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 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.

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 поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лёгкая атлетика

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

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лёгкая атлетика

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

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.

Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные

универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

К концу обучения во **2 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

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

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;

- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

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

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- 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;
- 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;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Режим дня школьника	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		1	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Гигиена человека	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.2	Осанка человека	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			

2.1	Гимнастика с основами акробатики	23	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.2	Легкая атлетика	19	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Подвижные и спортивные игры	25	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		67	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		26	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	3	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		9	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
2.1	Гимнастика с основами акробатики	24	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

2.2	Легкая атлетика	9	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Подвижные игры	26	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		59	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		28	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Физическая нагрузка	2	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		4	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Закаливание организма	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			

2.1	Гимнастика с основами акробатики	24	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.2	Легкая атлетика	17	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Подвижные и спортивные игры	25	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		66	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		28	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		5	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
1.2	Закаливание организма	1	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
2.1	Гимнастика с основами акробатики	24	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

2.2	Легкая атлетика	16	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2.3	Подвижные и спортивные игры	25	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		65	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
Итого по разделу		28	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Что такое физическая культура	1	01.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2	Современные физические упражнения	1	04.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	06.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	08.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1	11.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1	13.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1	15.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
8	Отработка навыков выполнения организующих команд. Ходьба и бег. Бег 30 м.	1	18.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
9	Техника высокого старта. Понятие стартового ускорения	1	20.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

10	Общие принципы выполнения общеразвивающих упражнений. Бег 30 метров с высокого старта.	1	22.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
11	Освоение навыков ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа.	1	25.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
12	Выполнение комплекса упражнений с контролем дыхания. Прыжок в длину с места	1	27.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
13	Освоение навыков ходьбы. Прыжок в длину с места. Эстафеты.	1	29.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
14	Метание малого мяча в цель. Упражнения для развития силовых и координационных способностей	1	02.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
15	Метание малого мяча в горизонтальную цель 4-5 м.	1	04.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
16	Метание малого мяча на дальность. Упражнения для развития силовых и координационных способностей	1	06.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
17	Челночный бег 3*10 Упражнения для развития скоростно-координационных качеств	1	09.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
18	Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3*10 м.	1	11.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
19	Челночный бег 3*10. Эстафеты.	1	13.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
20	Челночный бег 3*10. Эстафеты.	1	16.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

21	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	1	18.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
22	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	1	20.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
23	Эстафеты с предметами.	1	23.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
24	Линейная эстафета.	1	25.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
25	Подвижные игры с элементами легкой атлетики	1	27.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
26	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1	08.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
27	Исходные положения в физических упражнениях	1	10.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
28	Учимся гимнастическим упражнениям	1	13.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
29	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1	15.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
30	Акробатические упражнения, основные техники	1	17.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
31	Акробатические упражнения, основные техники	1	20.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
32	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	22.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
33	Способы построения и повороты стоя на месте	1	24.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

34	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	27.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
35	Гимнастические упражнения с мячом	1	29.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
36	Гимнастические упражнения со скакалкой	1	01.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
37	Гимнастические упражнения в прыжках	1	04.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
38	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1	06.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
39	Подъем ног из положения лежа на животе	1	08.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
40	Сгибание рук в положении упор лежа	1	11.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
41	Разучивание прыжков в группировке	1	13.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
42	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	15.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
43	Акробатика. Группировка. Перекаты в группировке.	1	18.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
44	Акробатика. Разновидности перекатов.	1	20.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
45	Акробатика. Техника выполнения кувырка вперед.	1	22.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
46	Акробатика. Кувырок вперед	1	25.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
47	Упражнения для развития равновесия	1	27.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

48	Стойка и ходьба на носках на гимнастической скамейке	1	29.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
49	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	10.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
50	Обучение способам организации игровых площадок	1	12.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
51	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	15.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
52	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	17.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
53	Разучивание подвижной игры "Охотники и утки"	1	19.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
54	Разучивание подвижной игры "Не попади в болото"	1	22.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
55	Разучивание подвижной игры "Не оступись"	1	24.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
56	Разучивание подвижной игры "Кто больше соберет яблок"	1	26.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
57	Разучивание подвижной игры "Брось-поймай"	1	29.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
58	Разучивание подвижной игры "Пингвины с мячом"	1	31.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
59	Подвижные игры с мячом. Подбрасывание и ловля мяча	1	02.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
60	Комплекс упражнений с предметами. Упражнения с мячом	1	05.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
61	Подвижные игры с мячом. Подбрасывание и ловля мяча.	1	07.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

62	Подвижные игры с мячом. Отработка навыка ловли мяча.	1	09.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
63	Подвижные игры. Ловля и передачи мяча в парах.	1	12.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
64	Эстафеты с мячом. Отработка навыков ловли и передачи мяча.	1	14.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
65	Игровые задания с мячом. Закрепление навыков выполнения упражнений с мячом.	1	16.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
66	Подводящие упражнения для обучения ведению мяча. Принятие исходного положения для ведения мяча.	1	26.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
67	Ведения мяча на месте правой, левой рукой. Эстафеты. Игра «Мяч в обруч»	1	28.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
68	Отработка навыков ведения мяча на месте правой, левой.	1	01.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
69	Ведения мяча шагом по прямой. «Вызов номеров»	1	04.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
70	Ведение мяча. Подвижная игра «Пройди защитника»	1	06.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
71	Подвижные игры, «гонки баскетбольных мячей», «Брось – поймай», «Кто быстрее»	1	11.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
72	Подвижные игры «ведение парами», «гонка по кругу».	1	13.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
73	Игровые задания. Эстафеты с мячом	1	15.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

74	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1	18.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
75	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1	20.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	22.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	01.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	03.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	05.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	08.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	10.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	12.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	15.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	17.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	19.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	22.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	24.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	26.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	03.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	06.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	06.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	08.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	08.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	13.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	15.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	17.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	20.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	22.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	24.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	01.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2	Зарождение Олимпийских игр	1	05.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
3	Современные Олимпийские игры	1	06.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4	Физическое развитие	1	08.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
5	Физические качества	1	12.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
6	Сила как физическое качество	1	13.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
7	Быстрота как физическое качество	1	15.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
8	Выносливость как физическое качество	1	19.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
9	Гибкость как физическое качество	1	20.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
10	Развитие координации движений	1	22.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
11	Развитие координации движений	1	26.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	27.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
13	Закаливание организма	1	29.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
14	Утренняя зарядка	1	03.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
15	Составление комплекса утренней зарядки	1	04.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	06.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
17	Сочетание ходьбы и бега. Бег с ускорением.20-30м.	1	10.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
18	Ходьба и бег. Бег 30 метров с высокого старта.	1	11.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
19	Прыжковые упражнения.Прыжок в длину с места	1	13.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
20	Прыжковые упражнения.Прыжок в длину с разбега	1	17.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
21	Метание мяча на дальность с места.	1	18.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
22	Метание мяча на дальность с места	1	20.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
23	Эстафеты. Челночный бег 3х10 м.	1	24.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
24	Челночный бег 3х10 м.	1	25.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
25	Эстафеты с предметами.	1	27.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

26	Требования безопасности при проведении занятий по гимнастике	1	07.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
27	Акробатика. Строевые упражнения	1	08.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
28	Акробатика. Наклон вперед, не сгибая ног в коленях.	1	10.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
29	Акробатика. Строевые упражнения	1	14.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
30	Акробатика. Строевые упражнения	1	15.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
31	Акробатика. Строевые упражнения.	1	17.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
32	Акробатика. Строевые упражнения	1	21.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
33	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	22.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
34	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	24.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
35	Равновесие. Висы. Наклон вперед из положения, сидя.	1	28.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
36	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	29.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
37	Подтягивание на перекладине из виса лежа.	1	01.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
38	Подтягивание на перекладине из виса лежа.	1	05.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
39	Опорный прыжок на горку гимнастических матов.	1	06.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

40	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла.	1	08.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
41	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	12.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
42	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	13.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
43	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	15.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
44	Лазание и перелезание	1	19.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
45	Лазание и перелезание	1	20.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
46	Лазание и перелезание	1	22.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
47	Лазание и перелезание	1	26.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
48	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	27.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
49	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	29.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
50	Требования безопасности при проведении занятий подвижным играм	1	09.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
51	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	10.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
52	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	12.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

53	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	16.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
54	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	17.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
55	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ловля и передача мяча в парах на месте.	1	19.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
56	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	23.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
57	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	24.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
58	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча на месте.	1	26.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
59	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	30.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
60	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	31.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
61	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча в движении.	1	02.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
62	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	06.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
63	Подвижные игры и эстафеты с мячом.	1	07.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
64	Подвижные игры. Бросок и ловля мяча.	1	09.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
65	Подвижные игры. Бросок и ловля мяча.	1	13.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

66	Подвижные игры. Эстафеты с мячами	1	14.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
67	Подвижные игры на развитие равновесия	1	16.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
68	Подвижные игры на развитие равновесия	1	20.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
69	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	21.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
70	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	27.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
71	Гонка мячей и слалом с мячом	1	28.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
72	Гонка мячей и слалом с мячом	1	01.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
73	Подвижные игры. Эстафеты с мячами.	1	05.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
74	Подвижные игры. Эстафеты с мячами.	1	06.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1	12.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	13.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	15.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	19.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	20.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	22.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	02.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	03.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	05.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	09.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	10.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	12.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	16.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	17.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	19.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	23.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	24.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	26.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	03.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	03.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	07.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	08.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	14.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	15.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	17.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	21.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	22.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	24.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Физическая культура у древних народов	1	01.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2	История появления современного спорта	1	05.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
3	Виды физических упражнений	1	06.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	08.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
5	Дозировка физических нагрузок	1	12.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	13.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
7	Закаливание организма под душем	1	15.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	19.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

9	Требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.	1	20.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
10	Сочетание ходьбы и бега. Бег с ускорением.20-30м	1	22.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
11	Ходьба и бег. Бег 30 метров с высокого старта.	1	26.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
12	Ходьба и бег. Бег 30 метров	1	27.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
13	Прыжок в длину с места.	1	29.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
14	Прыжок в длину с разбега.	1	03.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
15	Прыжок в длину с разбега.	1	04.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
16	Метание мяча на дальность с места.	1	06.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
17	Метание мяча на дальность.	1	10.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
18	Метание мяча на дальность.	1	11.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

19	Челночный бег 3x10 м.	1	13.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
20	Эстафеты. Челночный бег 3x10 м.	1	17.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
21	Эстафеты. Челночный бег 3x10 м.	1	18.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
22	Бег в чередовании с ходьбой	1	20.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
23	Переменный бег	1	24.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
24	Переменный бег	1	25.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
25	Эстафеты с предметами.	1	27.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
26	Требования безопасности при проведении занятий по гимнастике.	1	07.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
27	Акробатика. Строевые упражнения	1	08.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
28	Акробатика. Наклон вперед, не сгибая ног в коленях.	1	10.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

29	Акробатика. Строевые упражнения	1	14.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
30	Акробатика. Строевые упражнения.	1	15.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
31	Акробатика. Строевые упражнения	1	17.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
32	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	21.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
33	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	22.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
34	Равновесие. Висы. Наклон вперед из положения, сидя.	1	24.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
35	Подтягивание на перекладине из виса лежа.	1	28.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
36	Подтягивание на перекладине из виса лежа.	1	29.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
37	Опорный прыжок на горку гимнастических матов.	1	01.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
38	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла.	1	05.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

39	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	06.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
40	Опорный прыжок вскок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	08.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
41	Передвижения по гимнастической скамейке	1	12.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
42	Передвижения по гимнастической скамейке	1	13.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
43	Передвижения по гимнастической стенке	1	15.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
44	Передвижения по гимнастической стенке	1	19.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
45	Прыжки через скакалку	1	20.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
46	Прыжки через скакалку	1	22.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
47	Прыжки через скакалку	1	26.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
48	Лазанье по канату	1	27.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

49	Лазанье по канату	1	29.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
50	Требования безопасности при проведении занятий подвижным играм	1	09.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
51	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	10.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
52	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	12.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
53	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	16.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
54	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	17.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
55	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ловля и передача мяча в парах на месте.	1	19.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
56	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	23.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
57	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	24.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
58	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	26.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

59	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	30.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
60	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	31.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
61	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча на месте.	1	02.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
62	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	06.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
63	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	07.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
64	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	09.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
65	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	13.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
66	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	14.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
67	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча в движении.	1	16.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
68	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	20.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

69	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	21.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
70	Подвижные игры и эстафеты с мячом.	1	27.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
71	Спортивная игра футбол	1	28.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
72	Спортивная игра футбол	1	01.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
73	Подвижные игры с приемами футбола	1	05.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
74	Подвижные игры с приемами футбола	1	06.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1	12.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
76	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	13.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	15.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	19.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	20.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	22.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	02.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	03.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	05.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	09.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	10.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1	12.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

	перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты			
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	16.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	17.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	19.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	23.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	24.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	26.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	03.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	03.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	07.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	08.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	14.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	15.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	17.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	21.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	22.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	24.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Из истории развития физической культуры в России	1	05.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	05.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
3	Самостоятельная физическая подготовка	1	06.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	06.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	12.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	13.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1	13.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	19.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

9	Закаливание организма	1	19.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
10	Требования безопасности при проведении занятий по легкой атлетике.	1	20.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
11	Высокий старт. Бег 30 м.	1	20.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
12	Специальные беговые упражнения. Медленный бег. Бег 60 м	1	26.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
13	Равномерный бег 5-6 мин. Стартовый разгон. Бег 60 м.	1	27.09.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
14	Специальные беговые упражнения Равномерный бег 5-6 мин.	1	03.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
15	Специальные беговые упражнения Равномерный бег 5-6 мин. Бег 60 м.	1	03.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
16	Бег с ускорением. Прыжок в длину с разбега	1	04.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
17	Прыжок в длину с разбега	1	10.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
18	Прыжок в длину с разбега	1	10.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

19	Метание малого мяча на дальность.	1	11.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
20	Метание малого мяча на дальность.	1	11.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
21	Метание малого мяча на дальность. Подвижная игра с элементом легкой атлетики	1	17.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
22	Бег по пересеченной местности	1	18.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
23	Развитие скоростных качеств.	1	18.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
24	Кроссовая подготовка. Бег по пересеченной местности	1	24.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
25	Переменный бег. Подвижные игры с элементами бега.	1	25.10.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
26	Требования безопасности при проведении занятий по гимнастике. Акробатика. Строевые упражнения.	1	07.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
27	Акробатика. Строевые упражнения	1	08.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
28	Акробатика. Строевые упражнения	1	08.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

29	Акробатика. Строевые упражнения	1	14.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
30	Акробатика. Строевые упражнения	1	14.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
31	Акробатическая комбинация	1	15.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
32	Акробатическая комбинация	1	15.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
33	Опорный прыжок на горку гимнастических матов	1	21.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
34	Опорный прыжок в скок в упор, стоя на колени на козла.	1	22.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
35	Опорный прыжок в скок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	28.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
36	Опорный прыжок в скок в упор, стоя на колени на козла и соскок взмахом рук.	1	28.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
37	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	29.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
38	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	29.11.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

39	Равновесие. Висы. Строевые упражнения.	1	05.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
40	Упражнения на гимнастической перекладине	1	06.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
41	Упражнения на гимнастической перекладине	1	06.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
42	Лазание и перелезание.	1	12.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
43	Лазание и перелезание.	1	12.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
44	Лазание и перелезание.	1	13.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
45	Лазание и перелезание.	1	13.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
46	ОФП на развитие силы, гибкости	1	19.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
47	ОФП на развитие силы, гибкости	1	20.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
48	ОФП на развитие силы, гибкости	1	26.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

49	ОФП на развитие силы, гибкости	1	27.12.2023	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
50	Требования безопасности при проведении занятий подвижным играм	1	09.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
51	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ловля и передача мяча в парах на месте.	1	10.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
52	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	16.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
53	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	16.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
54	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча на месте.	1	17.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
55	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	17.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
56	Подвижные игры с элементами баскетбола. Ведение мяча в движении.	1	23.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
57	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	24.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
58	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	24.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

59	Подвижные игры с элементами баскетбола. Бросок мяча в кольцо двумя руками от груди.	1	30.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
60	Подвижные игры с элементами баскетбола.	1	31.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
61	Ведение мяча в движении.	1	31.01.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
62	Подвижные игры с элементами баскетбола. Передача мяча в парах в движении.	1	06.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
63	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	07.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
64	Подвижные игры с элементами волейбола. Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	13.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
65	Подвижные игры с элементами волейбола. Стойки и передвижения, повороты, остановки	1	13.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
66	Подвижные игры с элементами волейбола. Ловля и передача мяча	1	14.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
67	Подвижные игры с элементами волейбола. Ловля и передача мяча	1	14.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
68	Подвижные игры с элементами волейбола. Подача мяча.	1	20.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

69	Подвижные игры с элементами волейбола. Подача мяча.	1	20.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
70	Подвижные игры с элементами волейбола.	1	21.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
71	Подвижные игры с элементами волейбола	1	21.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
72	Подвижные игры с элементами волейбола	1	27.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
73	Подвижные игры с элементами волейбола. Развитие координационных способностей.	1	28.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
74	Подвижные игры с элементами волейбола. Развитие координационных способностей.	1	28.02.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
75	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1	05.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
76	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1	06.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	12.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	12.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	13.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	19.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	20.03.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	02.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	03.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	03.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	09.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1	09.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

	перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты			
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	10.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	16.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	17.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	17.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	23.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	23.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	24.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	24.04.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	07.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	07.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	08.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	08.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	14.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/

100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	15.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
101	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	21.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
102	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	22.05.2024	РЭШ; http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

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

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество
«Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

РЭШ; <http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>

