

**Аннотация  
к рабочей программе по физической культуре  
начальное общее образование**

Учебный предмет	«Физическая культура»
Класс	1-4 классы
Срок реализации	4 года
Количество часов	В 1 классе – 3 часа в неделю, итого 99 часов в год В 2 классе – 2 часа в неделю, итого 102 часа в год В 3 классе – 2 часа в неделю, итого 68 часов в год В 4 классе – 2 часа в неделю, итого 68 часов в год Итого 337 часов в год
Рабочая программа составлена в соответствии с:	- ФГОС НОО по предмету «физическая культура» с учетом примерной рабочей программы учебного модуля «самбо» в рамках третьего урока в неделю по учебному предмету «физическая культура» для образовательных организаций, реализующих проект «самбо в школу» начального, основного и среднего общего образования. - физическая культура, 1-4 класс/ А.П. Матвеев, акционерное общество «Издательство «Просвещение»; примерные программы по физической культуре Ковалько В.И., здоровьесберегающие технологии. М., «Вако» 2004.
Учебник	-Физическая культура: 1-й класс: учебник, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» -Физическая культура: 2-й класс: учебник, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» -Физическая культура: 3-й класс: учебник, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» -Физическая культура: 4-й класс: учебник, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
Цели изучения	- формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями; - 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.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

муниципальное образование Староминский район

МБОУ СОШ № 1 им. И.Ф. Вараввы

РАССМОТРЕНО

МО учителей физической  
культуры

Руководитель МО

 Д.С.Глушко

Протокол

от "30" августа 2023 г. №1

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

 Ю.Н.Ященко

от "30" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
от «30» августа 2023г. протокол №1

Директор школы

 Е.В. Кухтина

Приказ

от "31" августа 2023 г. №472



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 2262636)

учебного предмета

**«Физическая культура»**

для 1-4 класса начального общего образования

Составитель: Шепетюк Лариса Александровна,  
учитель физической культуры

ст.Староминская 2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам 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 физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие

целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

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

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

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

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

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

Программа разработана в соответствии с ФГОС ООО начального общего образования по предмету «физическая культура» с учетом примерной рабочей программы учебного модуля «самбо» в рамках третьего урока в неделю по учебному предмету «физическая культура» для образовательных организаций, реализующих проект «самбо в школу» начального, основного и среднего общего образования.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 337 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (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.

Модуль «Самбо (введение)».

Специально-подготовительные упражнения Самбо. Приёмы самостраховки: на спину перекатом, на бок перекатом, при падении вперед на руки, при падении на спину через мост, на бок кувырком. Упражнения для бросков: удержаний, выведения из равновесия, подножек, подсечек, бросков захватом ног. Упражнения для тактики: подвижные игры, игры-задания.

Изучение приёмов в положении лёжа. Удержания: сбоку, со стороны головы, поперек, верхом. Варианты уходов от удержаний. Учебные схватки на выполнение изученных удержаний. Переворачивания партнера, стоящего в упоре на руках и коленях: захватом рук сбоку, рычагом, скручиванием захватом руки и ноги (снаружи, изнутри), захватом шеи и руки с упором голенью в живот. Активные и пассивные защиты от переворачиваний. Комбинирование переворачиваний с вариантами удержаний.

Упражнения для подготовки к броскам. Выведение из равновесия: партнера стоящего на коленях рывком и скручиванием, партнера в приседе толчком, партнера стоящего на одном колене рывком, скручиванием, толчком. Игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия

*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.

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, волейбол).

Модуль «Самбо».

Специально-подготовительные упражнения Самбо. Приёмы самостраховки: на спину перекатом, на бок перекатом, при падении вперед на руки, при падении на спину через мост, на бок кувырком. Упражнения для бросков: удержаний, выведения из равновесия, подножек, подсечек, бросков захватом ног. Упражнения для тактики: подвижные игры, игры-задания.

Изучение приёмов в положении лёжа. Удержания: сбоку, со стороны головы, поперек, верхом. Варианты уходов от удержаний. Учебные схватки на выполнение изученных удержаний. Переворачивания партнера, стоящего в упоре на руках и коленях: захватом рук сбоку, рычагом, скручиванием захватом руки и ноги (снаружи, изнутри), захватом шеи и руки с упором голенью в живот. Активные и пассивные защиты от переворачиваний. Комбинирование переворачиваний с вариантами удержаний.

Упражнения для подготовки к броскам. Выведение из равновесия: партнера стоящего на коленях рывком и скручиванием, партнера в приседе толчком, партнера стоящего на одном колене рывком, скручиванием, толчком. Игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия.

*Прикладно-ориентированная физическая культура*

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

### **3 КЛАСС**

*Знания о физической культуре*

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

*Способы самостоятельной деятельности*

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование

физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

### ***Физическое совершенствование***

#### *Оздоровительная физическая культура*

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

#### *Спортивно-оздоровительная физическая культура.*

##### Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

##### Лёгкая атлетика

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

##### Лыжная подготовка

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

##### Плавательная подготовка.

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

Упражнения в плавании кролем на груди.

##### Подвижные и спортивные игры

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

#### *Прикладно-ориентированная физическая культура.*



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

#### **4 КЛАСС**

##### ***Знания о физической культуре***

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

##### ***Способы самостоятельной деятельности***

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

##### ***Физическое совершенствование***

###### ***Оздоровительная физическая культура***

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

###### ***Спортивно-оздоровительная физическая культура***

###### **Гимнастика с основами акробатики**

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

###### **Лёгкая атлетика**

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

###### **Лыжная подготовка**

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

###### **Плавательная подготовка**

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

###### **Подвижные и спортивные игры**

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой

деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

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

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

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

**Регулятивные универсальные учебные действия:**

выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки; выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств; проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности. К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

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

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного); исполнять роль капитана и судьёй 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.

выполнять базовую технику самбо;

**2 КЛАСС**

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

демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;

измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;

выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию; демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;

выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;

передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;

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

- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

выполнять базовую технику самбо;

### **3 КЛАСС**

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

соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;

демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;

измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;

выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;

выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;

выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;

передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;

демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;

демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;

выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;

передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;

выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

#### **4 КЛАСС**

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

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

осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;

проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);

демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);

выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
1 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Дополнительная информация
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>						
1.1	Знания о физической культуре	0	0	0	ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	
Итого по разделу		0				
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>						
2.1	Режим дня школьника	0	0	0	ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	
Итого по разделу		0				
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>						
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>						
1.1	Гигиена человека	0	0	0	ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	



1.2	Осанка человека	0	0	0	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	0	0	0	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	
Итого по разделу		0				
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>						
2.1	Гимнастика с основами акробатики	15	0	15	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	
2.2	Лыжная подготовка	1	0	1	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	
2.3	Легкая атлетика	14	0	14	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ	

2.4	Подвижные и спортивные игры	19	0	19	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2.5	Самбо	34	0	34	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
Итого по разделу		83			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	16	0	16	Поле для свободного ввода
Итого по разделу		16			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	99	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	0	0	0	ПРП НОО_Физическая

					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
Итого по разделу		0			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	0	0	0	ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
Итого по разделу		0			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	0	0	0	ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	0	0	0	ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
Итого по разделу		0			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами	15	3	12	ППП

	акробатики				НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2.2	Лыжная подготовка	1	0	1	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2.3	Легкая атлетика	14	3	11	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2.4	Подвижные игры	20	0	20	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2.5	Самбо	34	0	34	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
Итого по разделу		84			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению	18	4	14	ПРП

	нормативных требований комплекса ГТО				НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
Итого по разделу		18			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	10	92	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура. Правила ТБ. Ходьба и бег. П/и «Быстро по местам».	1	0	0	01.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2	Современные физические упражнения.. Ходьба и бег. П/и: «У медведя во бору», «Змейка».	1	0	0	04.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения. Зарождение и развитие борьбы	1	0	0	07.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>

	Самбо.					
4	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	0	08.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
5	Личная гигиена и гигиенические процедуры. Ходьба и бег. Всероссийский комплекс ГТО. П/и «Мы веселые ребята».	1	0	0	11.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
6	Осанка человека. Упражнения для осанки. Требования к технике безопасности на уроках Самбо	1	0	0	14.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Бег 30м. П/и «Мы веселые ребята»..	1	0	0	18.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
8	Чем отличается ходьба от бега. Челночный бег 3x10м. П/и «Кто быстрее».	1	0	0	21.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
9	Самбо. Физическая культура у народов Древней руси.	1	0	0	22.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
10	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1	0	0	25.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
11	Обучение прыжку в длину с места в полной	1	0	0	28.09.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

	координации					
12	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника. Самбо развитие физических качеств (силы). подтягивания на низкой перекладине Подготовка к сдаче норм (ГТО)	1	0	0	29.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
13	Правила поведения на уроках физической культуры. Равномерное передвижение в ходьбе и беге.	1	0	0	02.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
14	Правила выполнения прыжка в длину с места	1	0	0	05.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
15	Самбо развитие физических качеств (скоростно- силовых).	1	0	0	06.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
16	Исходные положения в физических упражнениях. Равномерный бег 3м. П/и «Совушка»,	1	0	0	09.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
17	Равномерный бег 4м. «Мы веселые ребята» ребята».	1	0	0	12.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
18	Самбо. Измерение чсс после длительного бега. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба -	1	0	0	13.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>

	90 м).					
19	Ходьба и бег. П/и «Быстро по местам».	1	0	0	16.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
20	Равномерный бег 5м..«Мы веселые ребята»	1	0	0	19.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
21	Самбо - развитие силовых качеств Бросок набивного мяча от груди	1	0	0	20.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
22	Учимся гимнастическим упражнениям	1	0	0	23.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
23	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	0	0	26.10.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
24	Самбо. Правила организации и проведения ПИ	1	0	0	27.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
25	Способы построения и повороты стоя на месте	1	0	0	09.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
26	Гимнастические упражнения в прыжках	1	0	0	10.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
27	Самбо как элемент национальной культуры и обеспечения безопасной жизнедеятельности человека.	1	0	0	13.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
28	Гимнастические упражнения со скакалкой	1	0	0	16.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
29	Сгибание рук в	1	0	0	17.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a>



	положении упор лежа					(Виды спорта) РЭШ
30	Самбо. Перекаты в группировке: .вперёд-назад, влево-вправо, по кругу .	1	0	0	20.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
31	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	0	23.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
32	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	0	24.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
33	Самбо . Группировка при перекате назад, влево, вправо из седа, из упора присев.	1	0	0	27.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
34	Подъёму туловища из положения лёжа на спине .	1	0	0	30.11.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
35	Подъем ног из положения лежа на животе	1	0	0	01.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
36	Самбо. Группировка при перекате назад, влево, вправо из седа, из упора присев, из полуприседа	1	0	0	04.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
37	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	0	0	07.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
38	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1	0	0	08.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

39	Самбо. Конечное положение самостраховки на спину, на левый и правый бок. из седа, из упора присев (с помощью рук ),	1	0	0	11.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
40	Приземление после прыгивания с горки матов	1	0	0	14.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
41	Лазание по гимнастической стенке.. П/и «Совушка»	1	0	0	15.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
42	Самбо. Конечное положение самостраховки на спину, на левый и правый бок. из седа, из упора присев, из полуприседа, из положения стоя (с помощью рук, партнера.)	1	0	0	18.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
43	Лазание по гимнастической скамейке. П/и «Зайцы в огороде»	1	0	0	21.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
44	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	0	22.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
45	Самбо. Перекаты на бок, влево и вправо через лопатки из упора стоя на коленях, из упора присев.	1	0	0	25.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
46	Разучивание игровых	1	0	0	28.12.2023	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a>

	действий и правил подвижных игр					(Виды спорта) РЭШ
47	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	0	11.01.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
48	Самбо. Перекаты на бок, влево и вправо через лопатки из упора стоя на коленях, из упора присев, из полуприседа.	1	0	0	12.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
49	Считалки для подвижных игр	1	0	0	15.01.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
50	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	0	18.01.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
51	Самбо. Конечное положение самостраховки на бок, перекаты влево и вправо через лопатки	1	0	0	19.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
52	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Правила ТБ на уроке. Подвижная игра на основе баскетбола. Игра «Передат - убежал». Эстафеты.	1	0	0	22.01.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
53	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки» Ловля, передача мяча в парах, в шаге. Игра «У кого меньше	1	0	0	25.01.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

	мячей».					
54	Самбо. Кувырок вперед	1	0	0	26.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
55	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»Подвижная игра на основе баскетбола. Игра «Мяч капитану». Эстафеты	1	0	0	29.01.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
56	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»Подвижная игра на основе футбола. «Мяч водящему»., «Мяч в ворота».	1	0	0	01.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
57	Самбо. Стойка на голове	1	0	0	02.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
58	Разучивание подвижной игры «Не оступись»Подвижная игра на основе футбола. Игра «Передал –поймал». Эстафеты.	1	0	0	12.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
59	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»Подвижная игра на основе футбола. «Метко в цель». Эстафеты.	1	0	0	15.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
60	Самбо. Перелезание на гимнастической стенке.	1	0	0	16.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
61	Разучивание подвижной	1	0	0	19.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a>

	игры «Брось-поймай» Игры с элементами футбола.					(Виды спорта) РЭШ
62	Разучивание подвижной игры «Брось- поймай» Подвижная игра на основе волейбола. Игра «Передал-садись». Эстафеты.	1	0	0	22.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
63	Самбо. Вис прогнувшись на перекладине	1	0	0	23.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
64	Подвижная игра на основе волейбола. Игра «Мяч капитану». Эстафеты.	1	0	0	26.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
65	Подвижная игра на основе волейбола. Игра «Метко в цель». Эстафеты.	1	0	0	29.02.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
66	Самбо Круговая тренировка	1	0	0	01.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
67	Подвижная игра на основе волейбола. Игра «Волна» Эстафеты.	1	0	0	04.03.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
68	Ловля, передача мяча в колоннах. Игра «У кого меньше мячей».	1	0	0	07.03.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
69	Самбо Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа	1	0	0	08.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
70	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	0	11.03.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

71	П\и «Точно в мишень». П\и «Мышеловка». П\и «Салки –догонялки».	1	0	0	14.03.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
72	Самбо. Подвижные игры	1	0	0	15.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
73	Учебная игра «Пионербол».	1	0	0	18.03.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
74	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1	0	0	21.03.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
75	Самбо Прохождение усложненной полосы препятствий	1	0	0	22.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	0	01.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	0	04.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
78	Самбо. Подвижные игры	1	0	0	05.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	0	0	08.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
80	Освоение правил и техники выполнения	1	0	0	11.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

	норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры					
81	Самбо. Подвижная игра «Точно в цель»	1	0	0	12.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	0	0	15.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	0	0	18.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
84	Самбо Русская народная игра «Горелки»	1	0	0	19.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	0	0	22.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	0	25.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
87	Самбо. Упражнения для тактики: подвижные игры, игры-задания	1	0	0	26.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1	0	0	29.04.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

	ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	02.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
90	Самбо. Упражнения для тактики: подвижные игры, игры-задания	1	0	0	03.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	0	0	06.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	09.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
93	Самбо. Упражнения для тактики: подвижные игры	1	0	0	10.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1	0	0	13.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ



	ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры					
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	16.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
96	Самбо. Упражнения для тактики: подвижные игры	1	0	0	17.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	0	0	20.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0	0	23.05.2024	<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
99	Самбо. Упражнения для тактики: подвижные игры	1	0	0	24.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0		

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные	Практические работы		

			работы			
1	ТБ на занятиях лёгкой атлетикой. Ходьба и бег. П/и «Удочка»	1	0	1	05.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2	Бег с поворотами и изменением направлений.	1	0	1	06.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
3	Современные Олимпийские игры.Т. Б.в спортивном зале и на площадке и правила поведения. Профилактика травматизма.	1	0	1	07.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	1	12.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
5	История подвижных игр и соревнований у древних Бег 30м. П/и «Займи пустое место»	1	1	0	13.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
6	Сила как физическое качество. Физическая культура и спорт в России. История развития САМБО	1	0	1	14.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7	Зарождение Олимпийских игр.Челночный бег 3х10м. П/и «Займи пустое	1	1	0	19.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

	место»					
8	Физическое развитие.Прыжок в длину с места.	1	1	0	20.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
9	Дневник наблюдений по физической культуре.Упражнения для развития основных физических качеств. Челночный бег. Дыхательные упражнения и упражнения на восстановление дыхания.	1	0	1	21.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
10	Гибкость как физическое качество.Режим борца. Личная гигиена. Первая помощь при травмах.	1	0	1	26.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
11	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	27.09.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
12	Составление комплекса утренней зарядки. Упражнения на укрепление мышц спины и формирование правильной осанки	1	0	1	28.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
13	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	03.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
14	Физические качества.	1	0	1	04.10.2023	ПРП НОО_Физическая

	Метание на дальность. П/и «Бездомный заяц»					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
15	Простейшие акробатические элементы самбо.	1	0	1	05.10.2023	
16	Быстрота как физическое качество. Метание на дальность. П/и «Третий лишний»	1	0	1	10.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
17	Выносливость как физическое качество. Ходьба и бег по пересечённой местности . П/и «Горелки»	1	0	1	11.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
18	Гимнастические упражнения. Страховка и самоконтроль при падениях.	1	0	1	12.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
19	Развитие координации движений. Эстафеты на отрезках до 50 м. П/и «Круговая лапта».	1	0	1	17.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
20	Развитие координации движений. Равномерный бег 5м.	1	0	1	18.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
21	Упражнения с гимнастической скакалкой. Исходное положение – мост из положения лежа, «борцовский мост».	1	0	1	19.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>

22	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	1	24.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
23	Строевые упражнения и команды	1	0	1	25.10.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
24	Круговая тренировка: Упражнения, направленные на развитие основных двигательных качеств Круговые упражнения на суставы; махи руками и ногами, наклоны, вращения	1	0	1	26.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
25	Гимнастическая разминка. Упражнения на равновесие. Круговая эстафета.	1	0	1	07.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
26	Закаливание организма. Строевые упражнения. Кувырок вперед. П/и «Охотники и утки»	1	0	1	08.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
27	Базовые элементы: стойки, захваты, передвижения. Простейшие акробатические элементы	1	0	1	09.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
28	Утренняя зарядка. Кувырок назад до упора на коленях и до упора	1	0	1	14.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта)

	присев .					РЭШ
29	Стойка на лопатках. П/и «Подкрадись к спящему»	1	1	0	15.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
30	Упражнения для развития мышц живота: поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, ноги под скамейкой. Стойки, захваты, передвижения.	1	0	1	16.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
31	Мост из положения лежа. П/и «Третий лишний»	1	1	0	21.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
32	Акробатические комбинации. П/и «Пятнышки».	1	0	1	22.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
33	Упражнения с партнером – приседание, повороты туловища, наклоны с партнером на плечах, подъем партнера с захватом туловища сзади. Игры «Гигантские шаги».	1	0	1	23.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
34	Наклон туловища из положения стоя. П/и «Займи пустое место»	1	0	1	28.11.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
35	Подъем туловища из	1	1	0	29.11.2023	ПРП НОО_Физическая

	положения лежа за 30с.. П/и «Третий лишний»					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
36	Кувьрки боком. Перекаты. Упражнения с партнером.	1	0	1	30.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
37	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	05.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
38	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	06.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
39	Подвижные игры с элементами единоборств. Кувьрок вперед через плечо с самостраховкой на бок.	1	0	1	07.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
40	Упражнения на развитие гибкости. Перекаты вперед и назад.	1	0	1	12.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
41	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	1	13.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
42	Кувьрка вперед через плечо с самостраховкой. Маховые упражнения ногами , с опорой на руки в парах, (попеременные махи вперед, назад, в	1	0	1	14.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>

	сторону);					
43	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	1	19.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
44	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1	20.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
45	Упражнения на равновесие и растяжение мышц ног. Техника кувырка назад с самостраховкой.	1	0	1	21.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
46	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1	26.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
47	Игры с приемами баскетбола	1	0	1	27.12.2023	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
48	Техника падения на спину с самостраховкой через партнёра стоявшего в паре. Игры –задания.	1	0	1	28.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
49	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1	09.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
50	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	10.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта)



						РЭШ
51	Падение на спину с самостраховкой через партнёра стоявшего в партаре. Упражнения с партнером.	1	0	1	10.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
52	Ведение мяча на месте и в движении. П/и «Увертывайся от мяча».	1	0	1	11.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
53	Ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), «Передал - убежал». Эстафеты.	1	0	1	16.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
54	Техника кувырка вперёд через плечо с самостраховкой через партнёра стоявшего в партаре.	1	0	1	17.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
55	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Игра «Мяч капитану». Эстафеты.	1	0	1	18.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
56	Подвижная игра на основе футбола. «Метко в цель». Эстафеты	1	0	1	23.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
57	Техника падения с самостраховкой на бок через руку партнёра. Упражнения с партнером	1	0	1	24.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
58	Ведения мяча по разной траектории движения.	1	0	1	25.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-">http://ru.sport-</a>

	П\и «Футбольный бильярд».					wiki.org/ (Виды спорта) РЭШ
59	Удар по неподвижному мячу . П\и «Кто быстрее».	1	0	1	30.01.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
60	Кувырок вперёд через плечо с самостраховкой через партнёра стоявшего в партаре.	1	0	1	31.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
61	Подвижная игра на основе футбола. Игра «Мяч в ворота». Эстафеты.	1	0	1	01.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
62	Удар по катящемуся мячу. П\и «Попади в цель».	1	0	1	06.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
63	Падение вперёд на руки из положения стоя на коленях. Упражнения самостраховки.	1	0	1	07.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
64	Футбольный бильярд	1	0	1	08.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
65	Подвижные игры на основе волейбола. Прямая подача мяча . П\и «Передача мяча сверху».	1	0	1	13.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
66	«Полёт-кувырок» с самостраховкой через партнёра. Игра «Салки,	1	0	1	14.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>

	ножки на весу».					
67	Нижняя подача мяча. П\и «Волна».	1	0	1	15.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
68	Прямая нижняя передача. П\и «Не давай мяч водящему».	1	0	1	20.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
69	Упражнения на ковре для развития и совершенствования простых двигательных навыков. Кувырок через препятствие в длину и в высоту с самостраховкой	1	0	1	21.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
70	Прием снизу двумя руками. П\и «Охотники и утки».	1	0	1	22.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
71	Подвижная игра на основе волейбола. Игра «Передал - садись». Эстафеты.	1	0	1	27.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
72	Упражнения на ковре для развития и совершенствования простых двигательных навыков. Кувырок через препятствие в длину и в высоту с самостраховкой	1	0	1	28.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
73	«Пионербол». Эстафеты.	1	0	1	29.02.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a>

						wiki.org/ (Виды спорта) РЭШ
74	Учебная игра «Пионербол».	1	0	1	05.03.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
75	Парные упражнения. Подвижные игры с элементами единоборств. «Полёт-кувырок» с самостраховкой через партнёра.	1	0	1	06.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/ 1</a>
76	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1	0	1	07.03.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1 км. Эстафеты	1	0	1	12.03.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
78	Упражнения на «борцовском мосту» «Полёт-кувырок» с самостраховкой через партнёра и препятствия.	1	0	1	13.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/ 1</a>
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1км.. Эстафеты	1	0	1	14.03.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное	1	0	1	19.03.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

	передвижение					
81	Круговая тренировка. Подвижные игры с элементами единоборств. Борьба стоя (броски)	1	0	1	20.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	1	21.03.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
83	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	0	1	02.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
84	Подвижные игры с элементами единоборств: «Петушинный бой», «Вытолкни из круга».	1	0	1	03.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1	04.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
86	Освоение правил и	1	0	1	09.04.2024	ПРП НОО_Физическая

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
87	Упражнения на «борцовском мосту» «Полёт-кувырок» с самостраховкой через партнёра и препятствия.	1	0	1	10.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	11.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	1	0	16.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
90	Упражнения с мячами весом 1 кг. Подвижные игры с элементами единоборств.	1	0	1	17.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	1	0	18.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
92	Освоение правил и	1	0	1	23.04.2024	ПРП НОО_Физическая

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
93	Подвижные игры с элементами единоборств: «Тяни-толкай», «Крокодильчики»	1	0	1	24.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1	25.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	1	0	30.04.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
96	Эстафета с элементами акробатики. Упражнения на укрепление мышц рук.	1	0	1	01.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1	02.05.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
98	Метание малого мяча на дальность. Веселые	1	0	1	07.05.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a>

	старты.					wiki.org/ (Виды спорта) РЭШ
99	Круговая тренировка: Упражнения, направленные на развитие основных двигательных качеств	1	0	1	08.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/ 1</a>
100	Метание малого мяча на дальность. «Эстафеты с обручами».	1	1	0	09.05.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport- wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	1	14.05.2024	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport- wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
102	Подвижные игры с элементами единоборств: «Петушиный бой», «Вытолкни из круга». Контрольные испытания.	1	0	1	15.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/ 1</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	10	92		



### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов. Правила ТБ. Ходьба и бег. П/и «Охотники и утки»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2	История появления современного спорта. Бег с препятствиями на местности.. Бег 30м. . П/и «Третий лишний».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
3	Виды физических упражнений. Тестирование. Бег 30м. П/и «Невод»	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой. Челночный бег 3 х 10м. Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
5	Дозировка физических нагрузок. Тестирование. Челночный бег 3 х 10м.. П/и	1	1	0		1 ПРП НОО_Физическая культура

	«Охотники и утки»					<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств. Тестирование. Прыжок в длину с места. П/и «Волк и зайцы.»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
7	Закаливание организма под душем. Прыжок в длину с разбега.. П/и «Третий лишний».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
8	Дыхательная и зрительная гимнастика.. Прыжок в длину с разбега. П/и «Хитрая лиса»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
9	Метание на дальность . П/и «Кто дальше бросит»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
10	Метание в цель. П/и «Мяч водящему»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды

						спорта) РЭШ
11	Метание на дальность. П/и «Пионербол»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
12	Бег по пересечённой местности. П/и «Бездомный заяц».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
13	ТБ на уроках гимнастики. Строевые упражнения. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
14	Строевые упражнения. Кувырок вперед. П/и «Охотники и утки»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
15	Стойка на лопатках. П/и «Кто быстрее».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
16	Мост» из положения лежа на спине. П/и « Брось -	1	0	1		ПРП НОО_Физическая

	поймай».					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
17	Акробатические упражнения. Кувырок назад, кувырок вперед. П\и «Не оступись».	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
18	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
19	Акробатическая комбинация. П\и «Пингвины с мячом.»	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
20	Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками. П\и «Совушка».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
21	Упражнения в равновесии. П\и «Альпинисты»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды

						спорта) РЭШ
22	Прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения. Скакалка за 1 мин. П/и «Удочка»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
23	Висы и упоры. П/и «Охотники и утки».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
24	Подтягивание. Подъем туловища из положения лежа за 30с.»Пятныши»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
25	Подтягивание. Преодоление гимнастической полосы препятствий	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
26	Опорный прыжок. Любимые подвижные игры.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
27	Опорный прыжок. Эстафеты с мячом.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая

						культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
28	Лазанье по канату в два приема. П\и «Охотники и утки». Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
29	Лазанье по канату в три приема. П\и «Третий лишний»Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
30	Имитация передвижения на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
31	Разучивание специальных плавательных упражнений	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
32	Правила ТБ на уроке. Спортивная игра баскетбол	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды

						спорта) РЭШ
33	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
34	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
35	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
36	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
37	Подвижная игра на основе баскетбола. «Метко в цель». Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
38	Спортивная игра волейбол. Верхняя и нижняя передачи	1	0	1		ПРП НОО_Физическая

	мяча над собой. П\и «Передача мяча».					культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
39	Верхняя и нижняя передачи мяча в парах. П\и «Волна».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
40	Верхняя и нижняя передачи мяча в кругу. «Пионербол»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
41	Нижняя прямая подача. П\и «Охотники и утки».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
42	Прием и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
43	Учебная игра в «Пионербол»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды



						спорта) РЭШ
44	Спортивная игра футбола. Игра «Мяч в ворота». Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
45	Спортивные игры. Подвижная игра на основе футбола. Игра «Передал – поймал». Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
46	Подвижная игра на основе футбола. Игра «Метко в цель». Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
47	Спортивные игры. Подвижная игра на основе футбола. Игра «Передал – поймал». Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
48	Подвижная игра на основе футбола. Игра «Мяч в ворота» Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
49	Эстафеты с элементами футбола	1	0	1		ПРП НОО_Физическая

						культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
50	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
51	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 1км. Подводящие упражнения	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине –	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды

	мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					спорта) РЭШ
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
64	Прыжок в длину с разбега. Пц «Бездомный заяц»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
65	Прыжок в длину с места. Пц «Охотники и утки»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура

						<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	1		ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	1		ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	0	1		ППП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	62		

#### 4 класс

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образовательны е ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России.Правила ТБ. Ходьба и бег. П/и «Охотники и утки»	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
2	Из истории развития национальных видов спорта.Бег с препятствиями на местности.. Бег 30м. . П/и «Третий лишний».	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
3	Самостоятельная физическая подготовка.Бег 30м.П/и «Невод»	1	1	0		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
4	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности..Челночный бег3 x 10м.. П/и «Охотники и утки»	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
5	Влияние занятий физической	1	1	0		ПРП

	подготовкой на работу систем организма.Тестирование.Челночный бег 3 x 10м. Эстафеты.					НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры.Прыжок в длину с места. П/и «Волк и зайцы.»	1	0		1	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры.Прыжок в длину с места. П/и «Волк и зайцы.»	1	0		1	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела. Прыжок в длину с разбега.. П/и «Третий лишний».	1	0		1	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
9	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0		1	ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
10	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0		1	ПРП НОО_Физическая культура

						<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
11	Метание малого мяча на дальность	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
12	Метание малого мяча на дальность	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
13	ТБ на уроках гимнастики. Строевые упражнения. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
14	Строевые упражнения. Кувырок вперед. П/и «Охотники и утки»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
15	Стойка на лопатках. П/и «Кто быстрее». Мост» из положения лежа на спине.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды



						спорта) РЭШ
16	Закаливание организма. Акробатические упражнения. Кувырок назад, кувырок вперед. П\и «Не оступись».	1	1	0		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
17	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
18	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
19	Обучение опорному прыжку	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
20	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1		ПРП НОО_Физическа я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
21	Упражнения на гимнастической	1	0	1		ПРП

	перекладине					НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
22	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
23	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
24	Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа на животе, подтягиваясь руками. П и «Совушка».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
25	Прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения. Скакалка за 1 мин. П и «Удочка»	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ 1
26	Лазанье по канату в два приема. П и «Охотники и утки».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура

						<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
27	Лазанье по канату в три приема. П\и «Третий лишний»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
28	Лазанье по канату. «Бездомный заяц»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
29	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
30	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
31	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды

						спорта) РЭШ
32	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
33	Упражнения из игры баскетбол. Подвижная игра на основе баскетбола.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
34	Ведение мяча на месте и в движении. П\и « Передал – садись .Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
35	Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках. П\и «Эстафеты со скакалками». Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
36	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
37	Ведение мяча с изменением	1	0	1		ПРП

	направления. Пд «Бросок мяча в колонне»					НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
38	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
39	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
40	Подвижная игра на основе футбола. Игра «Метко в цель». Эстафеты. Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
41	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
42	Спортивные игры. Подвижная игра на основе футбола. Игра «Передал –поймал». Эстафеты.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура

	Упражнения из игры футбол					<a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
43	Подвижная игра на основе футбола. Игра «Мяч капитану». Эстафеты. Упражнения из игры футбол	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
44	Верхняя и нижняя передачи мяча над собой. П\и «Передача мяча». Упражнения из игры волейбол	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
45	Верхняя и нижняя передачи мяча в парах. П\и «Волна». Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
46	Верхняя и нижняя передачи мяча в кругу. «Пионербол»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
47	Нижняя прямая подача. П\и «Охотники и утки».	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды

						спорта) РЭШ
48	Прием и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты с мячами.	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
49	Прием и передача мяча снизу двумя руками. Учебная игра в «Пионербол»	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
50	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
53	Освоение правил и техники	1	0	1		ПРП

	выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
58	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	1	0		ПРП НОО_Физическая



	комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты					я культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
60	Освоение правил по технике выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты.	1	1	0		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a>

	спине. Подвижные игры					wiki.org/ (Виды спорта) РЭШ
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1		ПРП НОО_Физическая культура <a href="http://ru.sport-wiki.org/">http://ru.sport-wiki.org/</a> (Виды спорта) РЭШ

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	6	62	
-------------------------------------	----	---	----	--

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

- Физическая культура: 1-й класс: учебник, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 2-й класс: учебник, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 3-й класс: учебник, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 4-й класс: учебник, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, 1-4 КЛАСС/А.П.Матвеев , АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО«ИЗДАТЕЛЬСТВО «ПРОСВЕЩЕНИЕ»;  
ПРИМЕРНЫЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ Ф.  
-КОВАЛЬКО В.И. ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ. М., «ВАКО» 2004.

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<http://ru.sport-wiki.org/> (Виды спорта)

РЭШ

<https://resh.edu.ru/subject/9/>