

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Отдел образования администрации Ишимского муниципального района

МАОУ Стрехинская СОШ

РАССМОТРЕНО
Руководитель ОМО
учителей физической
культуры
Протокол № 1
от «28» августа 2025 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора

Кирпичникова И.В.
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Гуркин А.А.
Приказ № 49/2
от «28» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 1 – 4 классов
на 2025-2026 учебный год

Составитель: учитель физической культуры
Андреева Ирина Викторовна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

При создании программы по физической культуре учитывались 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 нашли свое отражение 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 счет 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 свое 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 свое 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 ее содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

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

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

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры – 303 часа: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного ее 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 лежа. 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: подъем туловища из положения лежа на спине и животе, подъем ног из положения лежа на животе, сгибание рук в положении упор лежа, 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).

Легкая атлетика.

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

Подвижные и спортивные игры.

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

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

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

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.

Легкая атлетика.

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лежа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной

амплитудой и траекторией полета. 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 приемами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приема. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперед, 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 разноименным способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно 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.

Легкая 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.

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 ее нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счет упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоемах, 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, подъем переворотом. Легкая 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.

Подвижные и спортивные игры.

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, прием 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 ее 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;

проявлениеуважительного 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.

1 КЛАСС

По окончании 1 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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 ее нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

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

Самоорганизация и самоконтроль:

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.

2 КЛАСС

По окончании 2 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);

исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;

выполнять 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

Самоорганизация и самоконтроль:

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом 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 эмоциональнуюдержанность при возникновении ошибок.

3 КЛАСС

По окончании 3 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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 ее 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 приrostы по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

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;

выполнять небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

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.

4 КЛАСС

По окончании 4 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

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

Самоорганизация и самоконтроль:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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 ее 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.

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 свое 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 приемов из спортивных игр;

выполнять упражнения на развитие физических качеств.

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 ее 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 вперед;

передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноименным 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 (прием мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);

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

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 легкой 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 проплыивание 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 приrostы в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

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

2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.3	Легкая атлетика	24			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	27			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		75			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	15			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		15			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	4			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	4			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	2			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	10			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/

2.3	Легкая атлетика	16			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные игры	16			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		52			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	4			https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

3 КЛАСС

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

2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.2	Легкая атлетика	14			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.3	Лыжная подготовка	10			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	24			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		58			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
1.2	Закаливание организма	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
	Итого по разделу	4			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.2	Легкая атлетика	16			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.3	Лыжная подготовка	10			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	20			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		56			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего		
1	Инструктаж по Т.Б на уроках физической культуры. Понятие «Физическая культура»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
2	Т.Б. Связь физических упражнений с движениями животных	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
3	Т.Б. Связь физических упражнений с трудовыми действиями древних людей	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
4	Т.Б. Режим дня	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
5	Т.Б. Правила составления и соблюдения режима дня	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
6	Т.Б. Физические упражнения в режиме дня	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
7	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Специальные беговые упражнения	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
8	Т.Б. Спортивный инвентарь и оборудование для занятий лёгкой	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac

	атлетикой			https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
9	Т.Б. Равномерная ходьба и равномерный бег. Крепость на холме	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
10	Т.Б. Равномерная ходьба и равномерный бег	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
11	Т.Б. Обучение равномерному бегу в чередовании с равномерной ходьбой	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
12	Т.Б. Ходьба с преодолением препятствий	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
13	Т.Б. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20-30 м	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
14	Т.Б. Разучивание техники прыжка в длину с места	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
15	Т.Б. Закрепление техники прыжка в длину с места	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
16	Т.Б. Разучивание техники челночного бега	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
17	Т.Б. Закрепление техники челночного бега	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

18	Т.Б. Лёгкоатлетические эстафеты	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
19	Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Оборудование и инвентарь для занятий гимнастикой	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
20	Т.Б. Подбор одежды для занятий гимнастикой	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
21	Т.Б. Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
22	Т.Б. Исходные положения в физических упражнениях (стойки, седы)	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
23	Т.Б. Исходные положения в физических упражнениях(упоры, положения лёжа)	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
24	Т.Б. Разучивание строевых упражнений и организующих команд на уроках физической культуры	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
25	Т.Б. Закрепление строевых упражнений и организующих команд на уроках физической культуры	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
26	Т.Б. Разучивание техники гимнастических упражнений	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
27	Т.Б. Закрепление техники	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/

	гимнастических упражнений			https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
28	Т.Б. Разучивание упражнений в гимнастических прыжках и со скакалкой	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
29	Т.Б. Разучивание техники подъёма туловища из положения лежа на спине	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
30	Т.Б. Разучивание техники сгибания и разгибания рук в упоре лёжа	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
31	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Подвижные игры на внимание	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
32	Т.Б. Спортивный инвентарь для подвижных игр	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
33	Т.Б. Подвижные игры на развитие быстроты	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
34	Т.Б. Подвижные игры на развитие координационных способностей	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
35	Т.Б. Подвижные игры с элементами гимнастики	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
36	Т.Б. Подвижные игры с элементами спортивных игр	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac

				https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
37	Т.Б. Разучивание техники бросков и ловли мяча	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
38	Т.Б. Закрепление техники бросков и ловли мяча	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
39	Т.Б. Обучение способам организации и подготовки игровых площадок	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
40	Т.Б. Самостоятельная организация и подготовка игровых площадок	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
41	Т.Б. Подвижные игры на развитие внимания. Считалки для организации подвижных игр	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
42	Т.Б. Эстафеты	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
43	Т.Б. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
44	Т.Б. Осанка и комплексы упражнений для её правильного развития	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
45	Т.Б. Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

46	Основы техники безопасности на занятиях зимними видами спорта.	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
47	Т.Б. Спортивный инвентарь лыжника	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
48	Т.Б. Разучивание организующих команд	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
49	Т.Б. Переноска лыж к месту занятия	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
50	Т.Б. Разучивание техники основной стойки лыжника	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
51	Т.Б. Закрепление техники основной стойки лыжника	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
52	Т.Б. Разучивание техники передвижения ступающим шагом	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
53	Т.Б. Закрепление техники передвижения ступающим шагом	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
54	Т.Б. Разучивание техники передвижения скользящим шагом	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
55	Т.Б. Закрепление техники	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/

	передвижения скользящим шагом			https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
56	Т.Б. Передвижения по дистанции ступающим и скользящим шагом	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
57	Т.Б. Подвижные игры на лыжах. Делу время и потехе час	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
58	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Подвижные игры на координацию	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
59	Т.Б. Разучивание игровых действий и правил подвижных игр Игра «Дети и медведи»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
60	Т.Б. Разучивание игровых действий Игра «Гуси-лебеди»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
61	Т.Б. Разучивание подвижных игр на ловкость Игра «Зима-лето»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
62	Т.Б. Разучивание подвижных игр на гибкость Игра «Космонавты»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
63	Т.Б. Разучивание подвижных игр на силу Игра «Кот проснулся»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
64	Т.Б. Считалки для подвижных игр	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/

	Игра «Не оступись»			https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
65	Т.Б. Сюжетно-ролевые игры Игра «Кто больше соберет яблок»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
66	Т.Б. Обучение самостоятельной организации и проведению подвижных игр Игра « Брось-поймай»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
67	Т.Б. Разучивание подвижных игр с мячом Игра «Пингвины с мячом»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
68	Т.Б. Подвижная игра «Пионербол»	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
69	Т.Б. Подвижные игры на развитие выносливости Игра « <i>Игра «Пчелки»</i>	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
70	Т.Б. Подвижных игр с элементами спортивных Игра « <i>Игра «Пустое место»</i>	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
71	Т.Б. Подвижных игр с элементами гимнастики. Гимнастические эстафеты	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
72	Т.Б. Эстафеты	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
73	Основы техники безопасности на	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/

	занятиях лёгкой атлетикой. Беговые упражнения в равномерном темпе			https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
74	Т.Б. Спортивная форма и инвентарь для занятий лёгкой атлетикой	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
75	Т.Б. Специальные беговые упражнения	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
76	Т.Б. Обучение равномерной ходьбе с изменением скорости	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
77	Т.Б. Упражнения на освоение техники спринтерского бега	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
78	Т.Б. Бег на 10метров, 30 метров,	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
79	Т.Б. Обучение равномерному бегу	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
80	Т.Б. Пробегание учебной дистанции 1000 м	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
81	Т.Б. Разучивание техники прыжка в высоту	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
82	Т.Б. Закрепление техники прыжка в высоту	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac

				https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
83	Т.Б. Бег в равномерном темпе с переходом на шаг	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
84	Т.Б. Подвижные игры и эстафеты с элементами лёгкой атлетики	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
85	Т.Б. Требования к нормативным требованиям комплекса ГТО Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
86	Т.Б. Требования к нормативным требованиям комплекса ГТО Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
87	Т.Б. Упражнения физической подготовки для развития силы	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
88	Т.Б. Упражнения физической подготовки для развития выносливости	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
89	Т.Б. Упражнения физической подготовки для развития быстроты	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
90	Т.Б. Упражнения физической подготовки для развития гибкости	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
91	Т.Б. Упражнения физической	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/

	подготовки для развития ловкости			https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 10 м	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель.	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 30 м	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
98	Т.Б. Подвижные игры и эстафеты на развитие физических качеств	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
99	Т.Б. Основы техники безопасности в период летних каникул. Подвижные	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac

	игры и эстафеты			https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по Т.Б. на уроках физической культуры. История возникновения физических упражнений	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
2	Т.Б. Зарождение Олимпийских игр древности	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
3	Т.Б. Первые соревнования их правила и судейство	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
4	Т.Б. История проведения Олимпийских игр в Москве и Сочи	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
5	Т.Б. Физическое развитие и его измерение	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
6	Т.Б. Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

7	Т.Б.Физические качества человека и способы их измерения	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
8	Т.Б. Составление дневника самоконтроля	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
9	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Специальные беговые упражнения	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
10	Т.Б. Спортивный инвентарь и оборудование для занятий лёгкой атлетикой	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
11	Т.Б. Прыжковые и беговые упражнения. Прыжок в длину с места. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
12	Т.Б. Беговые сложно-координационные упражнения. Бег в равномерном темпе. Челночный бег 3x10 м. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
13	Т.Б. Разучивание техники бросков малого мяча в неподвижную мишень	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
14	Т.Б. Закрепление техники бросков	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/

	малого мяча в неподвижную мишень. Метание малого мяча в цель. Зачет				https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
15	Т.Б. Бег с поворотами и изменением направлений. Бег с ускорениями из разных исходных положений	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
16	Т.Б. Беговые сложно-координационные упражнения	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
17	Т.Б. Закрепление техники прыжков в длину	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
18	Т.Б. Лёгкоатлетические эстафеты	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
19	Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Оборудование и инвентарь для занятий гимнастикой	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
20	Т.Б. Страховка и самостраховка на уроках гимнастики. Разучивание техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
21	Т.Б. Разучивание строевых	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/

	упражнений				https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
22	Т.Б.Разучивание строевых упражнений в движении	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
23	Т.Б.Разучивание комплексов общеразвивающих упражнений	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
24	Т.Б. Разучивание упражнений для развития гибкости и подвижности суставов	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
25	Т.Б.Упражнения со скакалкой	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
26	Т.Б. Закрепление упражнений для развития гибкости и подвижности суставов. Стойка на лопатках. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
27	Т.Б. Упражнения с гимнастическим мячом	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
28	Т.Б. Закрепление упражнений для развития гибкости и подвижности	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura

	суставов. Кувырок вперед. Зачет					tura https://lyl.su/fNmD
29	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Эстафеты с преодолением препятствий	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
30	Т.Б. Спортивный инвентарь для подвижных игр	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
31	Т.Б. Игры на развитие физических качеств	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
32	Т.Б. Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
33	Т.Б. Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча на месте и в движении	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
34	Т.Б. Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча с изменением направления	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
35	Т.Б. Эстафеты с мячом	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura

					https://lyl.su/fNmD
36	Т.Б. Подготовка мест занятий для проведения подвижных игр. Сюжетно-ролевые игры	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
37	Основы техники безопасности на занятиях зимними видами спорта. Одежда и инвентарь для занятий лыжами	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
38	Т.Б. Разучивание техники подъёма лесенкой и спуска с небольшого склона в основной стойке	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
39	Т.Б. Закрепление техники подъёма лесенкой и спуска с небольшого склона в основной стойке. Подъем лесенкой. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
40	Т.Б. Разучивание техники торможения плугом, полуплугом	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
41	Т.Б. Закрепление техники торможения. Торможение плугом. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
42	Т.Б. Разучивание техники падения, поворотов на месте и в	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura

	движении					tura https://lyl.su/fNmD
43	Т.Б. Закрепление техники падения, поворотов на месте и в движении	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
44	Т.Б. Разучивание техники попеременного двухшажного классического хода	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
45	Т.Б. Закрепление техники попеременного двухшажного классического хода. Прохождение учебной дистанции 1000 метров. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
46	Т.Б. Подвижные игры и эстафеты	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
47	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Подвижные игры на внимание	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
48	Т.Б. Подвижные игры с метанием мяча на дальность и точность	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
49	Т.Б. Подвижные игры на основе волейбола. Разучивание	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura

	технических действий игры волейбол				tura https://lyl.su/fNmD
50	Т.Б. Подвижные игры на основе волейбола. Закрепление технических действий игры волейбол	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
51	Т.Б. Подвижные игры на основе футбола. Разучивание технических действий игры футбол	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
52	Т.Б. Подвижные игры на основе футбола. Закрепление технических действий игры футбол	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
53	Т.Б. Выбор и подготовка мест проведения подвижных игр с элементами спортивных	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
54	Т.Б. Подвижных игр на развитие равновесия	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
55	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Специальные беговые упражнения	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
56	Т.Б. Разучивание техники бросков малого мяча в неподвижную мишень из разных исходных	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura

	положений				https://lyl.su/fNmD
57	Т.Б. Закрепление техники бросков малого мяча в неподвижную мишень из разных исходных положений. Метание мяча в цель. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
58	Т.Б. Равномерный бег, бег с ускорением	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
59	Т.Б. Бег на короткие дистанции с низкого старта. Челночный бег 3х10 метров. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
60	Т.Б. Закрепление техники прыжков и прыжковых упражнений. Прыжок в длину с места. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
61	Т.Б. Комплексы упражнений зарядки и физкультминутки	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
62	Т.Б. Закаливание организма	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
63	Т.Б. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для	1			https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura

	самостоятельных занятий					https://lyl.su/fNmD
64	Т.Б. Профилактика нарушений зрения. Глазодвигательная гимнастика	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
65	Т.Б. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Подтягивание на низкой перекладине	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
66	Т.Б. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Подтягивание на высокой перекладине.	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
67	Т.Б. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Наклон туловища из положения стоя	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
68	Т.Б. Основы техники безопасности в период летних каникул. Подвижные игры и эстафеты	1				https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkul_tura https://lyl.su/fNmD
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по Т.Б. Физическая культура у древних народов	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
2	Т.Б. История появления современного спорта	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
3	Т.Б. Виды физических упражнений	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
4	Т.Б. Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
5	Т.Б. Общеразвивающие упражнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
6	Т.Б. Подводящие и соревновательные упражнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
7	Т.Б. Закаливание организма	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
8	Т.Б. Дыхательная гимнастика	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA

						https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
9	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Специальные беговые упражнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
10	Т.Б. Спортивный инвентарь и оборудование для занятий лёгкой атлетикой	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
11	Т.Б. Совершенствование техники бега на короткие дистанции, старт, стартовый разбег. Челночный бег 3x10 м. Зачёт.	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
12	Т.Б. Бег с преодолением препятствий	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
13	Т.Б. Бег в равномерном темпе с контролем скорости	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
14	Т.Б. Разучивание техники прыжков в длину с разбега. Комплекс упражнений для развития прыгучести. Прыжок в длину с места.	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

	Зачёт.				
15	Т.Б. Закрепление техники прыжков в длину с разбега. Прыжки на скакалке. Зачёт.	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
16	Т.Б. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
17	Т.Б. Закрепление техники челночного бега	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
18	Т.Б. Совершенствование техники челночного бега. Легкоатлетические эстафеты	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
19	Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Спортивный инвентарь и одежда на уроках гимнастики	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
20	Т.Б. Страховка и самостраховка на уроках гимнастики. Стойка на лопатках. Зачет	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
21	Т.Б. Строевые упражнения.	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
22	Т.Б. Гимнастические	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/

	эстафеты					https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
23	Т.Б. Разучивание техники лазания по канату в три приёма	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
24	Т.Б. Упражнения на гимнастической скамейке	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
25	Т.Б. Упражнения в передвижении по гимнастической стенке	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
26	Т.Б. Упражнения со скакалкой	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
27	Т.Б. Совершенствование кувыроков вперед, назад. Кувырок вперед. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
28	Т.Б. Комплексы упражнений оздоровительной гимнастики. Наклон туловища из положения стоя. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
29	Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми. Инвентарь для подвижных игр	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
30	Т.Б. Подвижные игры на	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/

	точность					https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
31	Т.Б. Разучивание техники ведения баскетбольного мяча	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
32	Т.Б. Подвижные игры с элементами баскетбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
33	Т.Б. Эстафета с баскетбольными мячами	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
34	Т.Б. Разучивание техники нижней прямой подачи	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
35	Т.Б. Подвижные игры с элементами волейбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
36	Т.Б. Подвижные игры с элементами спортивных. Эстафеты с мячом	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
37	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми.	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
38	Т.Б. Разучивание техники удара по неподвижному мячу в футболе. Подвижные игры с элементами	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

	футбола					
39	Т.Б. Закрепление техники удара по неподвижному мячу в футболе	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
40	Т.Б. Разучивание техники ведения футбольного мяча. Подвижные игры с элементами футбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
41	Т.Б. Закрепление техники ведения футбольного мяча. Подвижные игры с элементами футбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
42	Т.Б. Эстафета с футбольными мячами	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
43	Основы техники безопасности на занятиях зимними видами спорта. Инвентарь и одежда для занятий лыжами	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
44	Т.Б. Закрепление техники ранее изученных элементов техники лыжных способов передвижения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
45	Т.Б. Разучивание	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/

	техники поворот на месте					https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
46	Т.Б. Прохождение учебной дистанции в равномерном темпе 1000м. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
47	Т.Б. Разучивание техники подъёма ёлочкой	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
48	Т.Б. Совершенствование техники подъёма ёлочкой и торможений "плугом" Подъем елочкой. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
49	Т.Б. Разучивание техники одновременного одношажного хода	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
50	Т.Б. Закрепление техники одновременного одношажного хода. Прохождение учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
51	Т.Б. Закрепление техники поворота в движении. Прохождение учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
52	Т.Б. Подвижные игры и эстафеты	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

53	Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми. Эстафеты	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
54	Т.Б. Подвижные игры «Меткий футболист» «Точный расчет»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
55	Т.Б. Подвижные игры «Хлопни по шару» «Два капитана»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
56	Т.Б. Подвижные игры «Успей занять место» «Скакалка-подскакалка»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
57	Т.Б. Подвижные игры «Стой!» «Живая цель»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
58	Т.Б. Подвижные игры «Мячом в цель» «Живые мишени»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
59	Т.Б. Подвижные игры «Компас» «Самые быстрые»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
60	Т.Б. Подвижные игры «Запятнай последнего» «Сбей городок»	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
61	Т.Б. Подвижные игры «Сквозь обруч» «Меткий	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA

	глаз»					https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
62	Т.Б. Подвижные игры «Передай мяч» «Передай мяч сбоку»	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
63	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Прыжок в длину с места. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
64	Т.Б. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Метание мяча в цель. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
65	Т.Б. Бег на дистанции 30 м. Челночный бег 3x10 метров. Зачет	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
66	Т.Б. Легкоатлетическая эстафета	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
67	Т.Б. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
68	Т.Б. Основы техники безопасности в период	1				https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA

	летних каникул. Подвижные игры и эстафеты					https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	0			

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по Т.Б. на уроках физической культуры. История развития физической культуры в России	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
2	Т.Б. Развитие национальных видов спорта в России	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
3	Т.Б. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
4	Т.Б. Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
5	Т.Б. Индивидуальная нагрузка на самостоятельных занятиях физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
6	Т.Б. Оказание первой помощи при травмах во	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura

	время самостоятельных занятий физической культурой					https://lyl.su/0CfC
7	Т.Б. Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
8	Т.Б. Дыхательная гимнастика	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
9	Т.Б. Упражнения для снижения массы тела	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
10	Т.Б. Закаливающие процедуры	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
11	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Специальные беговые упражнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
12	Т.Б. Спортивный инвентарь и оборудование для занятий лёгкой атлетикой	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
13	Т.Б. Совершенствование техники метания на дальность. Прыжки на	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC

	скакалке. Зачёт					
14	Т.Б. Кроссовый бег в переменном темпе. Челночный бег 3 х 10 м. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
15	Т.Б. Совершенствование техники бега: низкий старт, стартовый разгон, финиширование	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
16	Совершенствование техники метания в цель. Прыжок в длину с места. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
17	Т.Б. Совершенствование техники челночного бега	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
18	Т.Б. Бег с преодолением препятствий	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
19	Т.Б. Совершенствование техники прыжков в высоту	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
20	Совершенствование техники бега с препятствиями	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
21	Т.Б. Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой.	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC

	Оборудование и одежда для занятий гимнастикой				
22	Т.Б. Страховка и самостраховка на уроках гимнастики.	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
23	Т.Б. Строевые упражнения. Перестроения	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
24	Т.Б. Акробатические комбинации из ранее освоенных упражнений. Кувырок вперёд. Зачёт	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
25	Т.Б. Разучивание техники опорного прыжка	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
26	Т.Б. Закрепление техники опорного прыжка	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
27	Т.Б. Закрепление техники лазания по канату	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
28	Т.Б. Упражнения в передвижении по гимнастической стенке. Наклон туловища вперед на гимнастической скамейке. Зачёт	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC

29	Т.Б. Упражнения на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
30	Т.Б. Комплексы упражнений оздоровительной гимнастики. Прыжки на скакалке. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
31	Т.Б. Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Эстафеты с преодолением препятствий	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
32	Т.Б. Сюжетно-ролевые подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
33	Т.Б. Подвижные игры общефизической подготовки	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
34	Т.Б. Подвижные игры с элементами баскетбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
35	Т.Б. Бросок баскетбольного мяча двумя руками от груди с места.	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
36	Т.Б. Подвижные игры на	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/

	развитие физических качеств					https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
37	Т.Б. Разучивание техники приёма и передачи мяча сверху	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
38	Т.Б. Подвижные игры с элементами волейбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
39	Т.Б. Закрепление техники нижней подачи. Эстафета с волейбольными мячами	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
40	Т.Б. Остановки катящегося мяча. Подвижные игры с элементами футбола	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
41	Основные техники безопасности на занятиях зимними видами спорта. Одежда и инвентарь для занятий лыжами	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
42	Т.Б. Совершенствование техники ранее изученных элементов техники лыжных	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC

	способов передвижения					
43	Т.Б. Закрепление техники поворот на месте. Прохождение учебной дистанции в равномерном темпе	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
44	Т.Б. Разучивание техники поворот в движении. Прохождение учебной дистанции в равномерном темпе	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
45	Закрепление техники торможений. Торможение плугом. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
46	Т.Б. Совершенствование техники классических лыжных ходов	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
47	Т.Б. Разучивание техники переходов с хода на ход	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
48	Т.Б. Совершенствование техники подъёмов и спусков. Прохождение учебной дистанции. Подъём лесенкой, ёлочкой. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
49	Т.Б. Классификация	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/

	лыжных способов передвижения. Прохождение учебной дистанции 2500 м. Зачёт					https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
50	Т.Б. Подвижные игры и эстафеты	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
51	Т.Б. Подвижные игры общефизической подготовки. «Круговая эстафета», «Встречная эстафета»	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
52	Т.Б. Подвижные игры. «Пустое место», «Белые медведи», «Прыжки по полосам»	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
53	Т.Б. Подвижные игры. «Гонка мячей» «Снайперы» «Подвижная цель»	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
54	Т.Б. Технические действия игры баскетбол. Бросок мяча двумя руками от груди с места	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
55	Т.Б. Специальные передвижения без мяча; ведение мяча	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
56	Т.Б. Броски мяча в	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/

	корзину					https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
57	Т.Б. Нижняя боковая подача, техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
58	Т.Б. Приём мяча сверху. Техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
59	Т.Б. Передача мяча сверху. Техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
60	Т.Б. Передача мяча снизу. Техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
61	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой. Беговые упражнения в равномерном темпе	1				https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
62	Т.Б. Совершенствование техники метания мяча. Метание мяча весом 150 гр на дальность. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
63	Т.Б. Совершенствование техники прыжков в высоту. Прыжок в длину с места. Зачёт	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
64	Т.Б. Бег на средние	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/

	дистанции: старт, стартовый разгон, финиширование. Челночный бег 3 х 10 м. Зачёт				https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
65	Т.Б. Совершенствование техники эстафетного бега. Бег на дистанцию 30 м. Зачёт	1	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
66	Т.Б. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
67	Т.Б. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
68	Т.Б. Основы техники безопасности в период летних каникул. Подвижные игры и эстафеты	1			https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/0CfC
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Примерные рабочие программы физическая культура: 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество "Издательство" Просвещение"

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Российская электронная школа

<https://resh.edu.ru>

Методические рекомендации | ВФСК ГТО

<https://www.gto.ru>

Коллекция презентаций для уроков по физической культуре:

<https://pptcloud.ru/fizkultura>

Презентации к уроку физическая культура:

<https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-fizkultire/>

Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс».

<http://www.openclass.ru>

Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» <http://www.it-n.ru/communities>.

Образовательные сайты для учителей физической культуры

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

Сайт "Я иду на урок физкультуры"

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

Сайт «ФизкультУра»

<http://www.fizkult-ura.ru/>

Учи.ру. Физическая культура

<https://uchi.ru>