МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ШАХТЕРСКАЯ САНАТОРНАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ № 15»

PACCMOTPEHO

СОГЛАСОВАНО

Приложение к основной

Приказ от 29 08 23№ 142

Руководитель ШМО.

Заместитель директора

образовательной

учителей 1-4 классов

/

программе начального общего образования

July -

Семенова Е.В. *Я. О. ДОДЗ* Директор Ти

Глушко Н.В. Протокол от <u>29.08.23</u>№<u>1</u>

Савенок О.О.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура» на уровень начального общего образования (для 1–4-х классов)

Составитель: учитель Физической культуры Тучкова Елена Григорьевна

г. Шахтерск, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

І. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ	
ЗАПИСКА	3
ІІ.СОДЕРЖАНИЕ	
ОБУЧЕНИЯ	6
III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО П "ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА" НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩ	ΕΓÖ
ОБРАЗОВАНИЯ	11
IV.TEMATИЧЕСКОЕ	
ПЛАНИРОВАНИЕ	18
V. ПОУРОЧНОЕ	
ПЛАНИРОВАНИЕ	70
VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕ ПРОЦЕССА	

І.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» на уровень начального общего образования для обучающихся 1—4-х классов ГБОУ «Шахтерская СШИ № 15» разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Минпросвещения от 31.05.2021 № 287;
- Федеральной образовательной программы начального общего образования»; утвержденного приказом Минпросвещения от 18.05.2023 № 372;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования», утвержденного приказом Минпросвещения от 22.03.2021 № 115;
- концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» реализующих основные общеобразовательные программы на 2020—2024 годы, утверждённой решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 г.;
- плана внеурочной деятельности начального общего образования ГБОУ «ШАХТЕРСКАЯ СШИ № 15», утвержденного приказом ГБОУ «ШАХТЕРСКАЯ СШИ № 15» от 29.08.2023 г. № 172;
- положения о рабочих программах учебных предметов, учебных курсов (в том числе внеурочной деятельности), учебных модулей в соответствии с требованиями ФГОС и ФОП начального общего, основного общего образования утвержденного приказом ГБОУ «ШАХТЕРСКАЯ СШИ № 15» от 29.08.2023 г. № 172;
- а так же ориентирован на целевые приоритеты, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания для общеобразовательных организаций, одобренной решением федерального учебнометодического объединения по общему образованию (протокол от 23.06.2022г. № 3/22)

Рабочая программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения образовательной программы начального общего основной образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте общего образования, а также начального на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной В федеральной рабочей программе воспитания.

При создании программы 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 нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов 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 детей младшего школьного возраста. 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 младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся 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 школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников 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 является личностнодеятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной обучающихся. Достижение целостного личности становится благодаря освоению возможным младшими школьниками 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 мотивационнопроцессуальный компоненты, которые находят своё отражение соответствующих дидактических линиях учебного предмета. В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом активном участии в спортивных соревнованиях, национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РΦ ДЛЯ занятий физической культурой ΜΟΓΥΤ использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых образовательные Министерством просвещения РΦ, 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 изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе:

«Знания о физической культуре».

- «Способы самостоятельной деятельности».
- «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

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

Общее количество часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе в течение учебного года, составляет суммарно 405 часов: в 1 классе - 99 часов, во 2-4 классах – по 102 часа.

Рабочая программа рассчитана на реализацию:

- в 1-3 классах по два часа в неделю урочной деятельности обязательной части и по одному часу (третий час) за счет части, формируемой участниками образовательных отношений);
- в 4 классе два часа урочной деятельности обязательной части (третий час физической активности будет реализован в рамках внеурочной деятельности (курс по выбору «Спортивные игры»)).

II.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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 скакалкой; гимнастической 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.

Модуль «Самбо». Конечное положение при падении вперед стоя на коленях. Отбивы по ковру (гимнастическому мату) из положения лежа на спине, на боку разноименной рукой после переката через правое-левое плечо. Элементы акробатики: кувырки, мосты, шпагаты, кувырок вперед через правое-левое плечо, из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое-левое плечо. Падение на спину, на бок из упора присев в группировке с отбивом. Из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое и левое плечо. Приемы при падении из упора присев назад, на бок.

Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.

Прыжки в длину с места, метание малого мяча на дальность.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.

2 КЛАСС

Знания о физической культуре. Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности. Способы самостоятельной деятельности. Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

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

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

Модуль «Самбо». Конечное положение при падении вперед стоя на коленях. Отбивы по ковру (гимнастическому мату) из положения лежа на спине, на боку разноименной рукой после переката. Элементы акробатики: кувырки, мосты, шпагаты, кувырок вперед через правое-левое плечо, из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое-левое плечо. Падение на спину, на бок из упора присев в группировке с отбивом. Из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое и левое плечо. Приемы при падении из упора присев назад, на бок.

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.

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.

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

Прикладно-ориентированная физическая культура. 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 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.

Модуль «Самбо». Конечное положение при падении вперед стоя на коленях. Отбивы по ковру (гимнастическому мату) из положения лежа на спине, на боку разноименной рукой после переката. Элементы акробатики: кувырки, мосты, шпагаты, кувырок вперед через правое-левое плечо, из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое-левое плечо. Падение на спину, на бок из упора присев в группировке с отбивом. Из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое и левое плечо. Приемы при падении из упора присев назад, на бок.

Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с места, толчком двух ног. Броски теннисного мяча на дальность. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег; бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м.

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

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта.

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 особенностей возрастных физического И физической развития подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой. совершенствование. Оздоровительная физическая Физическое 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. Упражнения в танце.

Модуль «Самбо». Конечное положение при падении вперед стоя на коленях. Отбивы по ковру (гимнастическому мату) из положения лежа на спине, на боку разноименной рукой после переката. Элементы акробатики: кувырки, мосты, шпагаты, кувырок вперед через правое-левое плечо, из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое-левое плечо. Падение на спину, на бок из упора присев в группировке с отбивом. Из положения «стойка на лопатках» перекат назад через правое и левое плечо. Приемы самостраховки при падении из упора присев назад, на бок.

Лёгкая атлетича. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в длину с толчком двух ног. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача;

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

Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.

В рамках третьего часа физической культуры будет освоено углубленное содержание следующих модулей:

- в 1 классе модуль «Подвижные игры»;
- в 2-3 классах модуль «Баскетбол».

III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации 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.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

 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;
- ризического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся: познавательные УУД:

- 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 УУД:

- **»** 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 учащихся и учителя;
- ▶ обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

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

По окончании второго года обучения учащиеся научатся: познавательные УУД:

- > 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 УУД:

- ▶ объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического
- ▶ развития и физической подготовленности; регулятивные УУД:
 - соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки);
 - » 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 учащимся;

 контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

По окончании третьего года обучения, учащиеся научатся: познавательные УУД:

- 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 триместрам;

коммуникативные УУД:

- 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 УУД:

- **к**онтролировать 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.

По окончанию четвёртого года обучения, учащиеся научатся: познавательные УУД:

- ▶ 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 УУД:

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

регулятивные УУД:

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

1 класс

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- равила поведения на уроках физической культурой приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- > выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;

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

2 класс

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- ▶ 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 длину с места;
- ▶ организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- > выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 класс

К концу обучения в третьем классе обучающийся научится:

- 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 места;
- ▶ 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 четвёртом классе обучающийся научится:

- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- **р** 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;
- > проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- ▶ демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать движение в танце в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в длину;
- > выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

- **>** выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- **>** выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

IV.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 1 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

No /	Наименование	Кол	ичество	часов	Дата	Виды деятельности	Виды,	Электронн				
п/	разделов и тем программы	всег	конт. работ ы	практ работ ы	изучени я		форм ы контр оля	ые (цифровые) образовате льные ресурсы				
Раз	Раздел 1. Знания о физической культуре											
1. 1	Физическая культура: Гимнастика. Игры. Спорт. Важность регулярных занятий физической культурой в рамках учебной и внеурочной деятельности. Основные разделы урока.		O			Понимать разницу в задачах физической культуры и спорта; Формулировать общие принципы выполнения гимнастических упражнений; Определять и кратко характеризовать понятие «Здоровый образ	Практ ическ ая работ а;	www.edu.r u www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/				
1. 2	Правила поведения на уроках физической культуры. Общие принципы выполнения физических упражнений. Гимнастический шаг. Гимнастический (мягкий) бег. Основные хореографические позиции. Место для		O			Понимать и раскрывать основные безопасные принципы поведения на уроках физической культуры; Определять состав одежды для занятий физическими упражнениями, основной перечень	Практ ическ ая работ а;	www.edu.r u www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/				

	занятий физическими упражнениями. Спортивное оборудование и инвентарь. Одежда для занятий физическими упражнениями. Техника					необходимого спортивного оборудования и инвентаря для занятий основной гимнастикой;		
	безопасности при выполнении физических упражнений, проведении игр и спортивных эстафет							
1. 3	Распорядок дня. Личная гигиена. Основные правила личной гигиены. Закаливание. Строевые команды, виды построения, расчёта.	[1]	O			Знать правила личной гигиены и правила закаливания; Знать строевые команды и определения при организации строя;	Практ ическ ая работ а;	www.edu.ru www.scho ol.edu.ru https://uchi
Ито	ого по разделу	3			,			
Раз	дел 2. Способы физкул	і ьтурн	ой деяте	ельност	И			
2. 1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирую щими физическими упражнениями	6	O	6		Уметь измерять соотношение массы и длины тела; Вести дневник измерений;	Практ ическ ая работ а;	www.edu.ru www.scho ol.edu.ru https://uchi
2. 2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения	6	O	[6]		Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; Проводить общеразвивающие (музыкально-сценические), ролевые подвижные игры и	Практ ическ ая работ а;	www.edu.r u www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/

						эстафеты с элементами соревновательной деятельности; Составлять игровые задания; Общаться и взаимодействовать в игровой		
2. 3	Самоконтроль. Строевые команды и построения	6		6		Различать и самостоятельно организовывать построения по строевым командам: «Становись!», «Равняйсь!», «Вольно!», «Отставить!», «Разойдись», «Попорядку рассчитайсь!», «На первый—второй рассчитайсь!», «На первый—третий	Практ ическ ая работ а;	www.edu.ru www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/
Ито	ого по разделу	18		l		L		
Раз,	дел 3. Физкультурно-о	здорон	вительна	ая деяте	льность			
3. 1	Освоение упражнений основной гимнастики: — для формирования и развития опорнодвигательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. Контроль величины нагрузки и дыхания	20	O	20		Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений для формирования и развития опорнодвигательного аппарата; Освоение универсальных умений по	Практ ическ ая работ а;	www.edu.r u www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/

					выполнению упражнений для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений; Освоение универсальных умений контролировать величину нагрузки; Освоение универсальных умений контролировать дыхание во время выполнения гимнастических		
3. 2	Игры и игровые задания	16	0	16	Музыкально- сценические игры. Игровые задания. Спортивные эстафеты с мячом, со скакалкой;	Практ ическ ая работ а;	www.edu.r u www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/
3. 3	Организующие команды и приемы	4	O	4	Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Отстав ить!», «Разойдись», «По порядку рассчитайсь!», «На первый—второй рассчитайсь!», «На первый—третий	Практ ическ ая работ а;	www.edu.r u www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/

Ито	ого по разделу	40						
Pa3	дел 4. Спортивно-оздо	ровит	ельная д	цеятельн	ость			
4. 1	Освоение физических упражнений	5		5		Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению гимнастических упражнений для растяжки задней поверхности мышц бедра и формирования выворотности стоп; Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению акробатических упражнений— «велосипед», «мост» из положения лежа; кувырок в сторону; Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению подоводящих умений по самостоятельному выполнению подводящих упражнений— продольных и поперечных шпагатов («ящерка»), группировка; Освоение универсальных умений по самостоятельному	практ ическ ая работ а;	www.scho ol.edu.ru https://uchi .ru/

				выбору), в т. ч. через игры и игровые задания;	
Итого по разделу	5				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	66	0	66		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 1 КЛАССА (ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ)

№		Количе	ство часов	Электронные	
п / п	Наименование разделов и тем программы	Bcer o	Контрольны е работы	Практически е работы	электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	Раздел 1	. Знания	о физической к	 ультуре	
1.1	Физическая культура: Игры. Спорт. Важность регулярных занятий физической культурой в рамках учебной и внеурочной деятельности. Основные разделы урока.		[<u>O</u>		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
1.2	Правила поведения на уроках физической культуры. Общие принципы выполнения физических упражнений. Гимнастический шаг. Гимнастический (мягкий) бег. Основные хореографические позиции. Место для занятий физическими упражнениями.				www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	Спортивное				
	Спортивное оборудование и				
	инвентарь. Одежда				
	для занятий				
	физическими				
	упражнениями.				
	Техника				
	безопасности при				
	выполнении				
	физических				
	упражнений,				
	проведении игр и				
	спортивных				
	эстафет				
	Распорядок дня.	2	O	2	
	Личная гигиена.				
	Основные правила				www.edu.ru
1.3	личной гигиены.				www.school.edu.ru
1.5	Закаливание.				
	Строевые команды,				https://uchi.ru/
	виды построения,				
	расчёта.	2		2	
Ит	ого по разделу:	3		3	
			изкультурной до		
	Самостоятельные	1	0	1	www.edu.ru
	занятия				www.school.edu.ru
2.1	общеразвивающим				https://uchi.ru/
2.1	и и здоровьеформирую				
	щими физическими				
	упражнениями				
	Самостоятельные	3	O	3	www.edu.ru
	развивающие				www.school.edu.ru
2.2	подвижные игры и				https://uchi.ru/
	спортивные				<u> </u>
	эстафеты, строевые				
	упражнения	ng.	rgi	rrji	
	Самоконтроль.	1	O	1	www.edu.ru
2.3	Строевые команды				www.school.edu.ru
	и построения				https://uchi.ru/
Итог	го по разделу:	5			L. I. F. S.
		ртивно-с	эздоровительная	деятельность	
	Освоение	T	<u>0</u>	I	
	физических	10	M	10	
	упражнений для				
	формирования и				
	развития опорно-				www.edu.ru
2.4	двигательного				<u></u>
3.1	аппарата; — для				www.school.edu.ru
	развития				https://uchi.ru/
	координации,				
	моторики и				
	жизненно важных				
	навыков, и умений.				

3.2	Игры и игровые задания	16	0	16	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итог	Итого по разделу:				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		34	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 2 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

No ′	Наименование	Кол	ичество	часов	Дата	Виды	Виды,	Электронные
п/п	разделов и тем программы	всег	конт. работ ы	практ рабо ы	изучени я	деятельности	формы контрол я	(цифровые) образователь ные ресурсы
Разд	ел 1. Знания о фи	зичесн	кой кулн	туре				
1.1	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр		0	1		обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр; обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнение; приводят	Практи ческая работа	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru //

							1
					спортивных		
					соревнований		
					и объясняют роль		
					судьи в их		
					пповелении		
Итог	о по разделу	[1]	0	1			
Разде	ел 2. Способы саг	мостоя	гельной	й деятел	ьности		
2.1	Дневник	1	0	1	знакомятся с	Практи	www.edu.ru
	наблюдений				образцом таблицы	ческая	www.school.e
	по физической				оформления	работа;	du.ru
	культуре				результатов	<u>u</u>	https://uchi.ru
					измерения		
					показателей		£1
					физического		
					развития и		
					физических		
					качеств,		
					обсуждают и		
					уточняют правила		
					её оформления;		
					составляют		
					таблицу		
					индивидуальных		
					показателей		
					измерения		
					физического		
					развития и		
					физических		
					качеств по		
					учебным		
					четвертям/тримес		
					трам (по		
					образцу);;		
					проводят		
					сравнение		
					показателей		
					физического		
					развития и		
					физических		
					качеств и		
					устанавливают		
					различия между		
					различия между		

Итог	о по разделу	1	0	1							
ФИЗ	ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ										
Разде	Раздел 3. Оздоровительная физическая культура										
3.1	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки		0		влиянием	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru /				

	о по разделу ел 4. Спортивно-	[1]	О	1	5 — растирание тела сухим полотенцем (до лёгкого покраснения кожи).
4.1	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики		0	1	разучивают правила поведения на уроках гимнастики; и акробатики, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения; выступают с небольшими сообщениями о правилах поведения на уроках, приводят примеры соблюдения правил поведения в конкретных
4.2	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	4	0	4	обучаются расчёту по номерам, стоя в одной шеренге; разучивают перестроение на месте из одной шеренги в две по команде «Класс, в две шеренги стройся!» (по фазам движения и в полной координации);

	перестроение из
	двух шеренг в
	одну по команде
	«Класс, в одну
	шеренгу
	стройся!» (по
	фазам движения
	и в полной
	координации);
	обучаются
	поворотам
	направо и налево
	в колонне по
	одному, стоя на
	месте в одну
	шеренгу по
	команде «Класс,
	направо!»,
	«Класс, налево!»
	(по фазам
	движения и
	полной
	координации);
	обучаются
	поворотам по
	команде «Класс,
	направо!»,
	«Класс, налево!»
	при движении в
	колонне по
	одному;
	обучаются
	передвижению в
	колонне по
	одному с
	равномерной и
	изменяющейся
	скоростью;
	обучаются
	передвижению в
	колонне по
	одному с
	изменением
	скорости

					«Короче шаг!», «Чаше шаг!», «Реже шаг!»;		
4.3	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическ ая разминка	4	0	4	знакомятся с разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой; наблюдают за выполнением образца разминки, уточняют последовательнос ть упражнений и их дозировку; записывают и разучивают упражнения разминки и выполняют их в целостной комбинации (упражнения для шеи; плеч; рук; туловища; ног.	Практи ческая работа;	www.school.e du.ru https://uchi.ru /
4.4	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическ ой скакалкой	<u> </u>	0	3	разучивают вращение скакалки, сложенной вдвое, поочерёдно правой и левой рукой соответственно с правого и левого бока и перед собой; разучивают прыжки на двух ногах через скакалку,	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru

				с поворотом кругом; разучивают прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в полной		
4.5	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическ им мячом	0	3	разучивают подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками;; обучаются перебрасыванию мяча с одной руки на другую, на месте и поворотом кругом;; разучивают повороты и наклоны в сторону с подбрасыванием и ловлей мяча двумя руками;; обучаются приседанию с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча двумя руками во время выпрямления;; обучаются подниманию мяча прямыми ногами, лёжа на спине;; составляют комплекс из 6—7 хорошо	Практи ческая работа	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru /

					демонстрируют его выполнение		
4.6	Модуль «Самбо» Правила поведения на занятиях самбо		0	1	Изучают правила поведения на занятиях самбо, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения; выступают с небольшими сообщениями о правилах поведения на уроках, приводят примеры соблюдения правил поведения в конкретных	Практи ческая работа;	www.school.eddu.ru https://uchi.ru
4.7	Модуль «Самбо» Разминка самбиста. Акробатическ ие упражнения.	[52]	0	5	знакомятся с разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой; наблюдают за выполнением образца разминки, уточняют последовательнос ть упражнений и их дозировку; разучивают перекаты, кувырки, мосты, стойка на руках с	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru
4.6	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила	[1]	0	1	изучают правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой,	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru

					r			F)
	поведения на занятиях лёгкой атлетикой				возмо негат ситуа связа с нев прави	нные ыполнением ил дения,		
4.7	Модуль "Лёгкая атлетика". Бр оски мяча в неподвижную мишень	4	0	4	упраж бросн мяча непож мише лицо мише снизу 2 — ж спине живо распо	нивают жнения в ках малого в движную ень: 1 — стоя м и боком к ени (сверху, у, сбоку); лёжа на е (снизу) и оте (сбоку, олагаясь ми и головой	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru
4.8	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координирова нные прыжковые упражнения	4	0	4	слож коорд е пры упраж толчи ногам разме двуми повор сторо двуми одног после м раз ног и сторо сгиба колен	динированны ажковые жнения: ком двумя ми по етке; толчком я ногами с ротом в оны; толчком я ногами с временным и едовательны введением и рук в	Практи ческая работа;	www.school.edu.ruhttps://uchi.ru

				рукой подвешенных предметов; толчком двумя ногами вперёдвверх с небольшого возвышения и мягким
4.9	Модуль "Лёгкая амлетика". Сложно координирова нные передвижения ходьбой по гимнастическ ой скамейке	0	2	наблюдают образцы техники передвижения ходьбой по гимнастической скамейке, анализируют и обсуждают их трудные элементы; разучивают передвижение равномерной ходьбой, руки на поясе;; разучивают передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук;; разучивают передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук;; разучивают передвижение равномерной ходьбой с перешагиванием через лежащие на скамейке предметы (кубики, набивные мячи и

					равномерной ходьбой с набивным мячом в руках обычным и приставным и левым боком;; разучивают передвижения ходьбой в полуприседе и приседе с опорой		
4.10	Модуль "Подвижные игры". Подви жные игры	11	0	11	наблюдают и анализируют образцы технических действий игры баскетбол, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;; разучивают технические действия игры баскетбол (работа в парах и группах);; разучивают правила подвижных игр с элементами баскетбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;; организуют и самостоятельно участвуют в совместном	Практи ческая работа;	www.school.e du.ru https://uchi.ru /

					подвижных игр с техническими действиями игры баскетбол;; наблюдают и анализируют образцы технических действий игры в волейбол, выделяют		
					трудные элементы и уточняют способы их выполнения;; разучивают технические действия игры в волейбол (работа в парах и		
4.11	Модуль "Подвижные игры". Подви жные игры	12	0	12	разучивают правила подвижных игр с элементами баскетбола и волейбола, знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;; организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры, наблюдают и анализируют	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru /

						развитие		
						равновесия,		
						выделяют		
						трудные		
						элементы и		
						уточняют способы их		
						выполнения;;		
						разучивают		
						правила		
						подвижных игр и		
						знакомятся с		
						выбором и		
						подготовкой мест		
						их проведения;;		
						разучивают		
						подвижные игры		
						на развитие		
						равновесия и участвуют в		
						совместной их		
						организании и		
Итого	о по разделу	55	0	55				
Разде	ел 5. Прикладно-	ориент	ирован	ная физ	ическая ку	льтура		
5.1	Подготовка к	9	0	9		знакомятся с	Практи	www.edu.ru
	выполнению					правилами	ческая	www.school.e
	нормативных					соревнований по	работа;	<u>du</u> .ru
	требований					комплексу ГТО и		https://uchi.ru
						совместно		<u>/</u>
						обсуждают его		
						нормативные		
						требования,		
						наблюдают		
						выполнение учителем		
						тестовых		
						упражнений		
						комплекса,		
						уточняют правила		
						их виполнения		
5.2	Подготовка к	1	0	1		совершенствуют	Практи	www.edu.ru
	выполнению					технику тестовых	ческая	www.school.e
	нормативных					упражнений,	работа;	<u>du</u> .ru

требований				контролируют её элементы и правильность выполнения другими учащимися (работа в парах и группах);; разучивают упражнения физической подготовки для самостоятельных
Итого по разделу	10	0	10	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	68	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 2 КЛАССА (ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ)

№		Количе	ство часов		— Электронные
П / П	Наименование разделов и тем программы	Bcer o	Контрольны е работы	Практические работы	(цифровые) образовательные ресурсы
	Раздел				
1.1	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр	2	0	2	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Ит	ого по разделу:	2		2	
	Раздел 2.	Способы	физкультурной	деятельности	
2.1	Дневник наблюдений по физической культуре	[]	0	1	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
2.2	Физическое развитие и его измерение.	5		5	https://resh.edu.ru

Итог	го по разделу:	6		6	
	ФИЗИЧЕ	ЕСКОЕ СО) ВЕРШЕНСТВОВ <i>А</i>	АНИЕ	
	Раздел 3. 0	ская культура			
3.1	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	[]	0	1	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итог	го по разделу:	1		1	
	Раздел 4 Спортив	но-оздор	овительная физ	ическая культура	
4.1	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	14		14	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
	Модуль "Подвижные игры"Технические приёмы игры в баскетбол, ведение баскетбольного мяча с равномерной скоростью	12		12	https://resh.edu.ru
Итог	го по разделу:	26		26	
ЧАС	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			35	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ **3** КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

No	Наименование			Дата	Виды деятельности	Виды,	Электронные	
п/п	программы всег конт. о работ	практ рабо ы	я	формы контрол я		(цифровые) образовательн ые ресурсы		
Разд	ел 1. Знания о ф	изичес	кой кул	ьтуре				
1.1	История подвижных игр и соревнований у древних	[1]	0	1		обсуждают рассказ учителя о появлении подвижных игр, устанавливают	Практи ческая работа	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru/

	народов. Зарождение Олимпийских игр					связь подвижных игр с подготовкой к трудовой и военной деятельности, приводят примеры из числа освоенных игр; обсуждают рассказ учителя о появлении первых соревнований, связывают их появление с появлением правил и судей, контролирующих их выполнение; приводят примеры современных спортивных соревнований и объясняют роль		
	го по разделу	[1]	0	1				
Разд	ел 2. Способы са	мосто	ятельно	й деяте.	льности	<u> </u>	T	
2.1	Дневник наблюдений по физической культуре		0	1		знакомятся с образцом таблицы оформления результатов измерения показателей физического развития и физических качеств, обсуждают и уточняют правила её оформления; составляют таблицу индивидуальных	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru/

					физического развития и физических качеств по учебным четвертям/тримес трам (по образцу);; проводят сравнение показателей физического развития и физических качеств и устанавливают различия между ними по каждой		
Итого по разделу	[1]	0	1				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОЕ	ВЕРШЕ	НСТВО	ВАНИ	<u>. </u>			
Раздел 3. Оздоровит	ельная	физиче	ская кул	тьтура			
3.1 Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки		0	1		знакомятся с влиянием закаливания при помощи обтирания на укрепление здоровья, с правилами проведения закаливающей процедуры;; рассматривают и обсуждают иллюстративный материал, уточняют правила закаливания и	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru/

закаливания и последовательнос ть его приёмов в

закаливающей

	1				
					приёмы закаливания при помощи обтирания (имитация): 1 — поочерёдное обтирание каждой руки (от пальцев к плечу); 2 — последовательное обтирание шеи, груди и живота (сверху вниз); 3 — обтирание спины (от боков к середине); 4 — поочерёдное обтирание каждой ноги (от пальцев ступни к бёдрам);
					ступни к бёдрам);
					5 — растирание
					тела сухим полотенцем (до
					лёгкого
		F71		_	
Ито	го по разделу	2	0	2	
Разд	цел 4. Спортивно	-оздор	овитель	ная физ	ическая культура
4.1	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики		0	1	разучивают правила поведения на уроках гимнастики; и акробатики, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения; выступают с небольшими сообщениями о правилах поведения на уроках, приводят

					соблюдения правил поведения в конкретных ситуациях;	
4.2	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	2	0	2	расчёту по номерам, стоя в одной шеренге; разучивают перестроение на месте из одной шеренги в две по команде «Класс, в две шеренги стройся!» (по фазам движения и в полной координации); разучивают перестроение из двух шеренг в одну по команде «Класс, в одну шеренгу стройся!» (по фазам движения и в полной координации); обучаются поворотам направо и налево в колонне по одному, стоя на месте в одну шеренгу по команде «Класс, направо!», «Класс, налево!» (по фазам движения и полной координации); обучаются поворотам на месте в одну шеренгу по команде «Класс, направо!», «Класс, налево!» (по фазам движения и полной координации); обучаются	www.school.edu.ru https://uchi.ru/

				1 1 1 1 1	«Класс, налево!» при движении в колонне по одному; обучаются передвижению в колонне по одному с равномерной и		
					изменяющейся скоростью; обучаются передвижению в колонне по одному с изменением скорости передвижения по одной из команд; «Шире шаг!»,		
4.3	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическ ая разминка	0	4		знакомятся с разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой; наблюдают за выполнением образца разминки, уточняют последовательнос ть упражнений и их дозировку; записывают и разучивают упражнения разминки и выполняют их в целостной комбинации	Практи ческая работа;	www.school.eddu.ruhttps://uchi.ru/

					туловища; ног, голеностопного сустава);
4.4	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическ ой скакалкой	4	0	4	разучивают вращение скакалки, сложенной вдвое, поочерёдно правой и левой рукой соответственно с правого бока и перед собой; разучивают прыжки на двух ногах через скакалку, лежащую на полу, с поворотом кругом; разучивают прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в ногих на месте (в ногих на месте (в ногих на месте)
4.5	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическ им мячом	4	0	4	разучивают подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками;; обучаются перебрасыванию мяча с одной руки на другую, на месте и поворотом кругом;; разучивают повороты и наклоны в сторону с подбрасыванием и ловлей мяча

4.6	Модуль «Самбо»	2	0	2	приседанию с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча двумя руками во время выпрямления;; обучаются подниманию мяча прямыми ногами, лёжа на спине;; составляют комплекс из 6—7 хорошо освоенных упражнений с мячом и дамомствования поведения на Практи ческая www.school.e
	Правила поведения на занятиях самбо				занятиях самбо, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения; выступают с небольшими сообщениями о правилах поведения на уроках, приводят примеры соблюдения правил поведения в конкретных
4.7	Модуль «Самбо» Разминка самбиста. Акробатическ ие	5	0	5	знакомятся с практи ческая www.school.e разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями перед занятиями

	упражнения.				l -	физической культурой;		
						наблюдают за выполнением образца разминки, уточняют последовательнос ть упражнений и их дозировку; разучивают перекаты, кувырки, мосты, стойка на руках с последующим		
	"Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой		0	1		изучают правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой, анализируют возможные негативные ситуации, связанные с невыполнением правил поведения,	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru/
4.7	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	4	0	4		разучивают упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень: 1 — стоя лицом и боком к мишени (сверху, снизу, сбоку); 2 — лёжа на спине (снизу) и животе (сбоку, располагаясь ногами и головой	Практи ческая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru/
4.8	Модуль	5	0	5		разучивают	Практи	www.edu.ru

	"Лёгкая				сложно	ческая	www.school.e
	атлетика".				координированны	работа;	<u>du</u> .ru
	Сложно				е прыжковые		https://uchi.ru/
	координирова				упражнения:		
	нные				толчком двумя		
	прыжковые и беговые				ногами по		
	упражнения				разметке; толчком		
	упражнения				двумя ногами с		
					поворотом в		
					стороны; толчком		
					двумя ногами с		
					одновременным и		
					последовательны		
					м разведением		
					ног и рук в		
					стороны,		
					сгибанием ног в		
					коленях; толчком		
					двумя ногами с		
					места и касанием		
					рукой		
					подвешенных		
					предметов;		
					толчком двумя		
					ногами вперёд-		
					вверх с		
					небольшого		
					возвышения и		
4.9	Модуль	4	0	4	наблюдают	Практи	www.edu.ru
	"Лёгкая				образцы техники	ческая	www.school.e
	атлетика".				передвижения	работа;	du.ru
	Сложно				ходьбой по	<u>u</u> 21	https://uchi.ru/
	координирова				гимнастической		<u> </u>
	нные				скамейке,		
	передвижения				анализируют и		
	ходьбой по				обсуждают их		
	гимнастическ ой скамейке				трудные		
	ои скамсикс				элементы;;		
					разучивают		
					B		
					передвижение равномерной		
					ходьбой, руки на		
					поясе;;		
					пазучивают		

					равномерной		
					ходьбой с		
					наклонами		
					туловища вперёд		
					и стороны,		
					разведением и		
					сведением рук;;		
					разучивают		
					передвижение		
					равномерной		
					ходьбой с		
					перешагиванием		
					через лежащие на		
					скамейке		
					предметы		
					(кубики,		
					набивные мячи и		
					т. п.);;		
					разучивают		
					передвижение		
					равномерной		
					ходьбой с		
					набивным мячом		
					в руках обычным		
					и приставным		
					шагом правым и		
					левым боком;;		
					разучивают		
					передвижения		
					ходьбой в		
					полуприседе и		
4.1	Модуль	12	0	12	наблюдают и	Практи	www.edu.ru
0	"Подвижные				анализируют	ческая	www.school.e
	игры".				образцы	работа;	<mark>du</mark> .ru
	Подвижные				технических	E	https://uchi.ru/
	игры				действий игры		
					баскетбол,		
					выделяют		
					трудные		
					элементы и		
					уточняют		
					способы их		
					выполнения;;		
					221110111101111111111111111111111111111		

				I	1	T		
						технические		
						действия игры		
						баскетбол (работа		
						в парах и		
						группах);;		
						разучивают		
						правила		
						подвижных игр с		
						элементами		
						баскетбола и		
						знакомятся с		
						особенностями		
						выбора и		
						подготовки мест		
						их проведения;;		
						организуют и		
						самостоятельно		
						участвуют в		
						совместном		
						проведении		
						разученных		
						подвижных игр с		
						техническими		
						действиями игры		
						баскетбол;;		
						наблюдают и		
						анализируют		
						образцы		
						технических		
						действий игры		
						волейбол,		
						выделяют		
						трудные		
						элементы и		
						уточняют		
						способы их		
						выполнения;;		
						разучивают		
						технические		
						действия игры		
						допотрил игры		
4.1	Модуль	6	0	6		разучивают	Практи	www.edu.ru
1	"Подвижные		-			правила	ческая	www.school.e
	игры".					подвижных игр с	работа;	du.ru
	Подвижные					подвижных игр с	paoora,	<u>uu.1u</u>
					F0	<u> </u>		

	игры					элементами	https://uchi.ru/
						футбола	
						и знакомятся с	
						особенностями	
						выбора и	
						подготовки мест	
						их проведения;;	
						организуют и	
						самостоятельно	
						участвуют в	
						совместном	
						проведении	
						разученных	
						подвижных игр с	
						техническими	
						действиями игры	
						футбол;;	
						наблюдают и	
						анализируют	
						содержание	
						подвижных игр на	
						развитие	
						равновесия,	
						выделяют	
						трудные	
						элементы и	
						уточняют	
						способы их	
						выполнения;;	
						разучивают	
						правила	
						подвижных игр и	
						знакомятся с	
						выбором и	
						подготовкой мест	
						их проведения;;	
						разучивают	
						подвижные игры	
						на развитие	
						равновесия и	
						участвуют в	
Итог	о по разделу	54	0	54			
Разде	ел 5. Прикладно	-ориен	гирован	іная фи	зическая к	ультура	

5.2 II BE	одготовка к ыполнению ормативных ребований подготовка к ыполнению ормативных ребований	9	0	9	знакомятся с правилами соревнований по комплексу ГТО и совместно обсуждают его нормативные требования, наблюдают выполнение учителем тестовых упражнений комплекса, уточняют правила их выполнения;; физической подготовки для совершенствуют технику тестовых упражнений, контролируют её элементы и правильность выполнения другими учащимися (работа в парах и группах);; разучивают	Практи ческая работа; Практи ческая работа;	www.school.edu.ru https://uchi.ru/ www.school.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого 1	по разделу	10	0	10			
	ЧЕСТВО	68	0	68			
ЧАСОІ ПРОГР	PAMME						

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 3 КЛАССА (ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ)

No	Наименование	Количе	ство часов		Электронные
	разделов и тем	Всег	Контрольны	(цифровые)	
П	программы	0	е работы	работы	образовательные

,					ресурсы
п ,					ресурсы
	Раздел	1. Знани	я о физической	культуре	
	История	2	0	2	www.edu.ru
1.1	подвижных игр и соревнований у				www.school.edu.ru
1.1	древних народов.				https://uchi.ru/
	Зарождение Олимпийских игр				
Ито	ого по разделу:	2		2	
	Раздел 2. С	пособы с	амостоятельной	деятельности	
	Дневник	[1]	0	1	www.edu.ru
2.1	наблюдений по физической				www.school.edu.ru https://uchi.ru/
	культуре				intps.//ucin.ru/
	Дозировка	[1]	0	1	https://resh.edu.ru
	физической нагрузки во				
2.2	время занятий				
	физической				
	культурой Виды физических	2	0	2	https://resh.edu.ru
	упражнений, их	띰	Ŭ	-	<u>intepsit/Testiteddira</u>
2.3	отличительные				
	признаки и предназначение.				
	Измерение	[1]	0	1	РЭШ. Физкультура
2.4	пульса на уроках				https://resh.edu.ru/subject
	физической культуры				<u>/9/1/</u>
Итог	го по разделу:	5		5	
		ЕСКОЕ СО	ВЕРШЕНСТВОВА	Т НИЕ	
	Раздел 3. (Эздор <mark>ов</mark> и	тельная физичес	ская культура	
	Закаливание	[1]	0	1	
	организма. Утренняя зарядка.				www.edu.ru
3.1	Составление				www.school.edu.ru https://uchi.ru/
	индивидуальных комплексов				E
	утренней зарядки	F-1			
3.2	Дыхательная гимнастика.	1	0	1	https://resh.edu.ru
	Зрительная	1	0	1	РЭШ. Физкультура
3.3	гимнастика.	<u></u>			https://resh.edu.ru/subjec
17	No Ho manuary	3		3	<u>t/9/1/</u>
YITOI	го по разделу: Раздел 4 Спортив		овитепьцая физі		
1 1	Модуль	14	0	14	ymyn ody mi
4.1	"Подвижные				www.edu.ru

игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр				www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Модуль "Подвижные игры"Технические приёмы игры в баскетбол, ведение баскетбольного мяча с равномерной скоростью	11	0	11	https://resh.edu.ru
Итого по разделу:	24	0	24	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	35	0	35	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 4 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Дата изуче	Виды деятельности	Виды, формы	Электронн ые
	программы	все	конт рабо ты	прак. работ ы	кин		контроля	(цифровые) образовате льные ресурсы
		ВИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	<u>.</u>					
1.1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	0	1		обсуждают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр и олимпийского движения; знакомятся с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр; анализируют смысл девиза Олимпийских игр и их символику; знакомятся с	Практиче ская работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

Итог	го по разделу Раздел	1 1 2. C	ПОСО	БЫ СА	историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах;	
2.1	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1	0	1	правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры; заполняют дневник физической культуры в течение учебного года; знакомятся с понятием «физическая подготовка», рассматривают его содержательное наполнение (физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки; устанавливают причинноследственную связь между физической подготовкой и укреплением организм;	w.edu.ru w.schoo u.ru s://uchi.
2.2	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных	1	0	1	тестирование ая работа; _{ww} индивидуальных	w.edu.ru w.schoo u.ru s://uchi.

равятий физической подтотовкей и сравнивают их с возрастными стандартами (обучение в труппах); выявляют солисчиных вапи, купация в естественных водоёмах подтотовкой, оберждения со стетем подтотовкой и определяют состав утражений для их целенаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подтотовкой, оберждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательного и; занятия их учебным солержанием; разучивают способам расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным солержанием; разучивают способы самостоятельного составления; разучивают способы самостоятельного составления; разучивают способы самостоятельного составления; разучивают способы самостоятельного составления; разучивают способы самостоятельного составления содерждания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индливидуального тестирования;			<u> </u>	1	1	F1
подготовкой. Закаливающие процедуры с помощью воздупных и соглечных ванн, купания в естественных водоёмах водоемах водоемах водоёмах водоемах водоемах					подготовленности	ru/
Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в сетественных водоёмах водоёмах вывыляют мотетающе» в своём развитии физические качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подтотовкой, обсуждают целесобразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; вывилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием; разучивают способы самостоятельного составления сосрежанием; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подтотовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		физической			и сравнивают их с	
процедуры с помощью возуциных и солнечных ваин, купания в сетественных водоёмах вод					возрастными	
помощью воздушных и солисчных ванн, купания в сетественных водобмах водобм		Закаливающие			стандартами	
воздушных и солненых ваши, купания в естественных водоёмах восём развитии физические качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подтотовкой, обсуждают пелесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подтотовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		процедуры с			(обучение в	
солнечных вани, купания в своём развитии физические качества и определяют состав упражнений для их пеленаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подтовкой, обсуждают целесообразность выделения сго основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подтовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		помощью			группах);;	
купания в естественных водоёмах водоёмах качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; внакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		воздушных и			выявляют	
физические качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают пелесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; вывкомятся с правилами и способами расчета объема времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		солнечных ванн,			«отстающие» в	
водоёмах качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		купания в			своём развитии	
определяют состав упражнений для их целенаправленного развития.; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным солержанием;; разучивают способы самостоятельного составления солержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		естественных			физические	
упражнений для их целенаправленного развития.; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;		водоёмах			качества и	
упражнений для их целенаправленного развития.; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					определяют состав	
псленаправленного развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают пелесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
развития; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают пелесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
знакомятся со структурой плана занятий физической полготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного стособы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					-	
занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; занакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					структурой плана	
подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным солдержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным солдержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					физической	
обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и;; накомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
основных частей, необходимость соблюдения их последовательност и; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					_	
необходимость соблюдения их последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
соблюдения их последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
последовательност и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
и;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					1 -	
способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					•	
самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;						
физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					_	
подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования;					физической	
основе результатов индивидуального тестирования;					-	
индивидуального тестирования;						
тестирования;						
					•	
Итого по разделу 2					,	
	Ито	го по разделу	2			

		Разде	л 3. Ф]	изиче	СКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ	
3.1	Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация	5	0	5	повторяют ранее разученные ая работа; www.sch акробатические упражнения и комбинации; разучивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);	100
3.2	Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическо м бревне	3	0	3	повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастическом бревне и гимнастикой скамейке;; разучивают упражнений на гимнастическом бревне (равновесие на одной ноге, стойка на коленях и с отведением ноги назад, полушпагат, элементы ритмической	100

					гимнастики, соског прогнувшись);; составляют гимнастическую комбинацию из 8—10 хорошо освоенных упражнений и разучивают её;; контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах)		
3.3	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине	3	0	3	повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастической перекладине; наблюдают и анализируют образец техники перемаха одной ногой вперёд и назад, определяют технические сложности в их исполнении, делают выводы; описывают технику выполнения перемаха одной ногой вперёд и назад и разучиваю её; контролируют технику выполнения	Практическ ая работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

					упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах);	
3.4	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики	3	0	3	повторяют ранее разученные упражнения ритмической гимнастики, танцевальные движения;; разучивают стилизованные общеразвивающие упражнения для ритмической гимнастики (передвижения приставным шагом с движением рук и туловища, приседы и полуприседы с отведением одной руки в сторону, круговые движения туловища, прыжковые упражнения различной конфигурации);; составляют комбинацию ритмической гимнастики из хорошо разученных 8—10 упражнений, подбирают музыкальное сопровождение;;	

					разучивают комбинацию и демонстрируют её выполнение;		
3.5	Модуль «Самбо» Правила поведения на занятиях самбо		0	1	Изучают правила поведения на занятиях самбо, знакомятся с возможными травмами в случае их невыполнения; выступают с небольшими сообщениями о правилах поведения на уроках, приводят примеры соблюдения правил поведения в конкретных	Практическ ая работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru
3.6	Модуль «Самбо» Разминка самбиста. Акробатически е упражнения.	55	0	5	знакомятся с разминкой как обязательным комплексом упражнений перед занятиями физической культурой; наблюдают за выполнением образца разминки, уточняют последовательност ь упражнений и их дозировку; разучивают перекаты, кувырки, мосты, стойка на руках с	Практическ ая работа;	www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru
3.7	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые	5	0	5	наблюдают и анализируют образец техники		

упражнения	старта, уточняют её
	фазы и элементы,
	делают выводы;;
	описывают технику
	выполнения старта
	и разучивают её
	в единстве с
	последующим
	ускорением;;
	контролируют
	технику
	выполнения старта
	другими
	учащимися,
	выявляют
	возможные ошибки
	и предлагают
	способы их
	устранения (работа
	в парах);;
	наблюдают и
	анализируют
	образец техники
	спринтерского бега,
	уточняют её фазы и
	элементы, делают
	выводы;;
	описывают технику
	спринтерского бега,
	разучивают её по
	фазам и в полной
	координации;;
	наблюдают и
	анализируют
	образец техники
	гладкого
	равномерного бега,
	уточняют её фазы и
	элементы, делают
	выводы;;
	описывают технику
	гладкого
	равномерного бега,
	определяют его
	отличительные
	признаки от
	техники
	спринтерского
	бега;
	61

3.8	Модуль «Лёгкая атлетика» . Знакомство с рекомендациям и учителя по развитию выносливости и быстроты на самостоятельны х занятиях лёгкой атлетикой с помощью гладкого равномерного и спринтерског о бега	3	0	3	знакомятся с рекомендациями учителя по развитию выносливости и быстроты на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой с помощью гладко равномерного и спринтерского бега;	х	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/
3.9	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча в подвижную мишень (раскачивающи йся с разной скоростью гимнастический обруч с уменьшающимс я диаметром)	4	0	4	повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) сто на месте и с разбега, в неподвижную мишень и на дальность;; наблюдают и анализируют образец учителя сравнивают с техникой ранее разученных способов метани находят отличительные признаки;; разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных	ая работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

					признаков;; контролируют технику метания малого мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах).;	
3.10	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Те хнические действия баскетболиста без мяча и с мячом	4	0	4	совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол;; знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста; прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте);; анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении;; разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной	100

					координации;; контролируют выполнение технических действий другим учащимися, анализируют их определяют ошибки, дают рекомендации п их устранению (работа в парах) изучают правил играют с использованием разученных технических действий.;	и о ;; а и	
3.11	Модуль«Спорт ивные игры. Баскетбол». Зн акомство с рекомендациям и учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельно го обучения техническим действиям баскетболиста с мячом и без мяча	4	0	4	знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительно упражнений для самостоятельно обучения техническим действиям баскетболиста б мяча;	ых	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/
3.12	Модуль«Спорт ивные игры. Волейбол». Знак омство с рекомендациям и учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для	4	0	4	знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительн упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям	ых	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

	самостоятельно го обучения техническим действиям волейболиста без мяча				волейболиста без мяча;		
3.13	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игр овые действия в волейболе	4	0	4		Практическ ія работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/
3.14	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по катящемуся мячу с разбега, передача мяча внутренней частью подъема на различные расстояния	4	0	4		Трактическ ія работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

					и технические элементы;; описывают технику удара по катящемуся мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения;; разучивают технику удара по катящемуся мячу с разбега по фазам и в полной координации;; контролируют технику выполнения удара по катящемуся мячу другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);; совершенствуют технику передачи катящегося мяча на		
					технику передачи		
3.15	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знако мство с рекомендациям и учителя по использованию	3	0	3	знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного	Практическ ая работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

	подводящих и подготовительн ых упражнений для самостоятельно го обучения техники удара по катящемуся мячу с разбега и его передачи на разные расстояния				уд ка ра по	бучения техники дара по атящемуся мячу с азбега и его ередачи на разные асстояния;		
Итого	о по разделу	55					<u> </u>	
	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	P	аздел 4. CI	ПОРТ		
4.1	Физическая подготовка: осв оение содержания программы, дем онстрация приростов в показателях физической подготовленнос ти и нормативных требований комплекса ГТО	4	0	4	ос сс П м пр ф ку ра ба ф по по по по по	сваивают одержания Іримерных одульных рограмм по оизической ультуре или абочей программы азовой одготовки; емонстрируют риросты в оказателях оизической одготовленности нормативных ребований омплекса ГТО;	Практическ ая работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/
4.2	Физическая подготовка: осв оение содержания программы, дем онстрация приростов в показателях физической подготовленнос ти и нормативных требований	6	0	6	сс П м пј ф ку ра ба ф	сваивают одержания Примерных одульных рограмм по оизической ультуре или абочей программы азовой одготовки; емонстрируют приросты в	Практическ ая работа;	www.edu.ru www.schoo l.edu.ru https://uchi. ru/

	комплекса ГТО				показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	
Итого	Итого по разделу					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

V. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 1 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

№	Тема урока	Количество часов			Дата	Электронные
п/п		всего	Контро льные работы	Практич еские работы	- изучен ия	цифровые образовательные ресурсы
1	Первичный инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры. И. № 1 по БЖД. 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	1	0			https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
2	Режим дня школьника. Подвижные игры на свежем воздухе.	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
3	Распорядок дня. Личная гигиена. Основные правила личной гигиены. Закаливание. Строевые команды, виды построения, расчёта.	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
4	Модуль «Легкая атлетика». История лёгкой атлетики.	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/

	Общопринатов торумую норук у				
	Общепринятая терминология и				
	команды. Виды легкой атлетики.				
	Бег с изменением скорости и				
	направления по сигналу				
	Измерение соотношения массы и				
	длины тела. Дневник измерений.				
5	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	История древних Олимпийских				<u>bject/9/1/</u>
	игр: Кто как передвигается.				
	Челночный бег. Бег в				
	равномерном темпе.				
6	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Утренняя зарядка и				<u>bject/9/1/</u>
	физкультминутки в режиме дня				
	школьника. Физические				
	упражнения для				
	физкультминуток и утренней				
	зарядки. Комплекс				
	общеразвивающих упражнений.				
	Разновидности ходьбы. Бег с				
	ускорением. Бег 30м. Комплекс				
	общеразвивающих упражнений.				
	Подвижная игра «Вызов				
	номеров».				
7	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Характеристика основных				bject/9/1/
	понятий: ходьба и				
	спортивная ходьба; беговые				
	дистанции (короткая,				
	средняя и длинная);				
	эстафета; смешанные				
	передвижения (бег-ходьба,				
	бег-прыжки, ходьба-				
	<u> </u>				
8	прыжки).	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
8	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	bject/9/1/
	Режим дня и личная гигиена.				<u> </u>
	Режим дня школьника.				
	Режим дня и правила его				
	составления и соблюдения.				
	Подвижные игры на свежем				
	воздухе. Бег 60 м. Подвижная				
	игра «Вызов номеров». Развитие				
	скоростных качеств.				
9	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Прыжки на одной ноге, на двух				<u>bject/9/1/</u>
	на месте. Прыжки с				
	продвижением вперед. Прыжок в				
	длину с места. Метание мяча на				
	дальность.				
10	Модуль «Легкая атлетика». Бег в	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	равномерном темпе в				<u>bject/9/1/</u>
	чередовании с ходьбой. Развитие				
	скоростно-силовых качеств				
	TROPOGINO GISTOSBIA RUTOGIS	<u> </u>	1		L

11	Можин "Поругод отполуце»	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
11	Модуль «Легкая атлетика». Челночный бег 3*10. Метание	1	U	1	bject/9/1/
					<u>0ject/9/1/</u>
	мяча в цель. Что понимается под				
	физической культурой. Понятия,				
10	определения	1	0	1	1 // 1 1 /
12	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Характеристика основных				<u>bject/9/1/</u>
	физических качеств: силы,				
	быстроты, выносливости,				
	гибкости и равновесия.				
	Чередование ходьбы, бега (бег				
	50м, ходьба 100м).				
13	Модуль «Гимнастика». Техника	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	безопасности и гигиенические				bject/lesson/4078/sta
	требования на уроке гимнастики				<u>rt/326399/</u>
	Основная стойка. Построение в				
	колонну по одному, в шеренгу, в				
	круг. Повороты в строю.				
14	Модуль «Гимнастика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Перестроение из одной шеренги				bject/lesson/4078/sta
	в три уступами и из колонны по				rt/326399/
	одному в колонну по три и				
	четыре поворотом в движении.				
	Упражнения на развитие				
	гибкости				
15	Модуль «Гимнастика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Построение в колонну по	1			bject/lesson/4078/sta
	одному, в шеренгу, в круг.				rt/326399/
	Простые акробатические				
	упражнения: упоры - присев,				
	лежа; упор стоя на коленях; упор,				
	лежа на бёдрах; упор, сидя сзади.				
16	Модуль «Гимнастика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Построение в шеренгу, в круг.	1			bject/lesson/4078/sta
	Повороты в строю. Группировка.				rt/326399/
	Перекаты в группировке, лежа на				
	животе и из упора стоя на				
	коленях.				
17	Модуль «Гимнастика». Седы - на	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
1,	пятках, на пятках с наклоном,	•			bject/lesson/4078/sta
	углом; группировка в приседе,				rt/326399/
	сидя и лёжа на спине; перекаты в				
	группировке вперёд-назад; из				
	группировки сидя перекат назад-				
	вперёд на спине; перекат из				
	упора присев в упор присев;				
18	Модуль «Гимнастика». Перекаты	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
10	в группировке, назад, на бок.	1		1	bject/9/1/
	ОРУ. кувырок вперёд. Развитие				2,000,011
	координационных способностей				
19	Модуль «Гимнастика». Из упора	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
17	присев перекат назад стойка на	1	U	1	bject/9/1/
	присев перекат назад стоика на лопатках (держать) – перекатом				<u> </u>
1	лопатках (держать) – перекатом		l		

	вперёд лечь и «мост» - лечь				
20	Модуль «Гимнастика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Перестроение из 1 шеренги в 2 и				bject/9/1/
	обратно. Размыкание на				
	вытянутые в стороны руки.				
	Повороты направо, налево.				
	Выполнение команды «Класс,				
	шагом марш!», «Класс, стой!».				
	ОРУ с предметами. Стойка на				
	носках, на гимнастической				
	скамейке. Ходьба по				
	гимнастической				
21	Модуль «Гимнастика». Висы	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	простые; вис, на согнутых руках,				<u>bject/9/1/</u>
	согнув ноги. Ходьба в				
	равновесии по гимнастическому				
	бревну.				
22	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Техника безопасности на уроках.				<u>bject/9/1/</u>
	Правила предупреждения				
	травматизма во время занятий				
	физическими упражнениями:				
	организация мест занятий,				
	подбор одежды, обуви и				
22	инвентаря. Подвижные игры.	1	0	1	1.4//1
23	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Знакомство с историей				<u>UJECU/9/1/</u>
	возникновения народных игр.				
	Средства народной культуры.				
	Игра «Бросай – поймай».				
	Эстафеты. Развитие скоростно-				
	силовых способностей. Передача				
24	и ловля мяча.	1	0	1	https://roch.adu.ru/cu
24	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Эстафеты с мячами. Метко в				<u> </u>
	цель. Развитие координационных				
25	способностей	1	0	1	https://washaad/-
25	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Ведение мяча на месте и шагом.				<u>UJCCI/ 9/ 1/</u>
26	Эстафеты.	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
20	Модуль «Подвижные игры». Эстафеты с мячами. Развитие	1	U		bject/9/1/
	координационных способностей				<u> </u>
27	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
21	Модуль «подвижные игры». Эстафеты. Упражнения с	1		1	bject/9/1/
	предметами: со скакалкой -				<u> </u>
	прыжки с вращением скакалки				
	вперед и назад, на двух и одной				
	ноге, с ноги на ногу, прыжки с				
	поворотами, бег, перепрыгивая				
	через скакалку				
28	· ·	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
20	Модуль «Подвижные игры».	1			bject/9/1/
<u></u>	Игра «День- ночь» Игра «Волк во	<u> </u>	71		1

	рву»				
29	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Передачи, ловля и бросок малого				<u>bject/9/1/</u>
	мяча. Подвижные игры.				
30	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Ведение футбольного мяча по				bject/9/1/
	заданной траектории. Удары по				
	мячу с места				
31	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Футбол. Удары по воротам.				<u>bject/9/1/</u>
	Передачи в парах, тройках.				
22		1		1	1-44
32	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta
	Передачи волейбольного мяча в				rt/326399/
22	парах. Броски и ловля.	1		1	
33	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/sta
	Бросок мяча через сетку.				rt/326399/
	Упражнения на внимание по				140200)//
34	сигналу. Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
J4	Техника безопасности на уроках.	1		1	bject/lesson/4078/sta
	Удары в по мячу правой и левой				rt/326399/
	ногой.				
35	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
33	Ведение и удар по воротам	1			bject/9/1/
36	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
30	Подводящие упражнения для	1			bject/9/1/
	обучения ведению мяча.				
	Принятие исходного положения				
	для ведения мяча. Ведения мяча				
	на месте правой, а затем левой				
	рукой шагом по прямой; бегом				
	по прямой; по кругу; в движении				
	с изменением направления и				
	скорости.				
37	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Элементы спортивных игр. Ловля				<u>bject/9/1/</u>
	и передача в парах.				
38	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Ловля и передача мяча двумя				<u>bject/9/1/</u>
	руками от груди, стоя на месте.				
	Ведение мяча на месте		_		
39	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Ведение мяча на месте с				bject/lesson/4078/sta
	поворотом. Эстафеты. Игра «Мяч				<u>rt/326399/</u>
40	в обруч».			1	
40	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Обучение броскам мяча в				bject/lesson/4078/sta rt/326399/
	упрощенных условиях - одной				11/340377/
11	рукой.	1		1	1.44m o. //1 1 /
41	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Подвижные игры, «гонки				<u>UJCCU 7/ 1/</u>
	баскетбольных мячей», «Брось –				

	поймай», «Кто быстрее»				
42	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
12	Подвижные игры «ведение	1		1	bject/9/1/
	парами», «гонка по кругу»				
43	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Пионербол. История волейбола.				bject/9/1/
	Правила игры. Передвижения в				
	низкой и средней стойке.				
44	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Броски волейбольного мяча в				bject/9/1/
	стену и ловля после отскока.				
45	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Перебрасывание мяча через				bject/lesson/4078/sta
	волейбольную сетку из-за				<u>rt/326399/</u>
	головы. Прыжки через скакалку.				
	Подвижная игра «Передай				
	соседу»				
46	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Техника безопасности на уроках.				bject/lesson/4078/sta
	Прыжок в длину с места.				<u>rt/326399/</u>
47	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Метание малого мяча с места из				<u>bject/9/1/</u>
	положения, стоя грудью в				
	направления метания. Развитие				
	скоростно-силовых				
	способностей. Подтягивания.				
48	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Низкий старт. Метание малого на				<u>bject/9/1/</u>
	дальность с 2-3 шагов разбега.				
49	Модуль «Легкая атлетика». Бро-	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	сок набивного мяча (до 1 кг) из				<u>bject/9/1/</u>
	положения стоя лицом в				
	направлении метания двумя				
	руками от груди. Бег 30 метров				
50	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Высокий старт. Развитие				<u>bject/9/1/</u>
	выносливости.				
51	Модуль «Легкая атлетика». Бег	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	по разметкам и с выполнением				bject/lesson/4078/sta
	заданий.				<u>rt/326399/</u>
52	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Челночный бег 3*10				bject/lesson/4078/sta
<i></i>				1	rt/326399/
53	Модуль «Легкая атлетика». Бег		0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta
	по пересечённой местности.				rt/326399/
54	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
J 4	Эстафетный бег. Прыжок в	1	U	1	bject/lesson/4078/sta
	высоту с места.				rt/326399/
55	высоту с места. Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
))	Метание мяча на заданное	1	U	1	bject/lesson/4078/sta
	расстояние. Бег 300 метров.				rt/326399/
56	модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
50	тугодуль млегкал аглетикал.	1	10	1	intps://icsii.cdu.rd/su

	Прыжки на заданное расстояние.				bject/lesson/4078/sta
57	Модуль «Легкая атлетика». Метание мяча в цель.	1	0	1	rt/326399/ https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
58	Модуль «Легкая атлетика». Челночный бег 3*10.	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
59	Модуль «Легкая атлетика». Бег 30 метров	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
60	Модуль «Легкая атлетика». Чередование ходьбы, бега (бег 30м, ходьба 60м).м	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
61	Модуль «Легкая атлетика». Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м).	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
62	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамейке	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
63	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
64	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжок в длину с места,	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
65	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжок в длину с места,	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
66	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Упражнения на мышцы брюшного пресса и спины. Подведение итогов.	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
	ЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО	66	0	65	
ПРО	ГРАММЕ				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 1 КЛАССА (ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ)

№ п/п	Тема урока	Колич	Количество часов			Электронные цифровые
11/11		всего	Контро льные работы	Практич еские работы	изучен ия	образовательные ресурсы
1	Физическая культура: Игры. Спорт. Важность регулярных занятий физической культурой в рамках учебной и внеурочной деятельности.	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/

принципа выполнения физических упражнения 1	2	Правила поведения на уроках	1		https://resh.edu.ru/su
принципы выполнения физических упражнений методива занятий физическими упражненийметодива занятий физическими упражнениями. 1			1		
упражлений. Место для завятий физическими упражлениями. 3 Распорядок для для завятий физическими упражлениями. 3 Распорядок для Личная гитиена. 3 Распорядок для Личная гитиена. 4 Симостоятельные завятия общеравлена для					<u> </u>
физическими упражиениями.					
Олежда для занятий физическими упражнениями 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 3 Распорядов для. Личная гитисна. Основнае правила личной гитисна. Закаливание. Строевые команды, виды построения, расчёта. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 4 Самостоятельные занятия общеразвивающими физическим упражнениями физическим упражнениями физическим упражнениями 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 5 Самостоятельные развивающие подвижные и иры и спортивные упражнения 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 6 Осанка человека. Упражнения и для осанки. Комплескы упражнения и для осанки. Комплескы упражнения и организующие команды па уроках физический упражнения и организующие команды па уроках физический упражнений для формирования и покороты стоя на месте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 8 Самосоптроль. Строеные команды построения и покороты стоя на месте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития организа подожения дежа на спине и для формирования и развиты короцения и покороны и жизисино важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в для и вапрыт ивания положения дляжа на спине и жизоги от положения дляжа на спине и дляжа на спине и жизоги от положения дляжа на спине и дляжа на с					
упражнениями.					
3		-			
Основные правила личной гигиены. Віреси9/1/ Закаливание. Строевые команды, виды 4 Самостоятельные завития 1 5 Самостоятельные завинающие дановыми упражиениями 1 5 Самостоятельные завинающие подвижные игры и спортивные затареты, строевые упражиения 1 6 Осанка медовека Упражиения 1 6 Осанка медовека Упражиения 1 7 Строевые упражиения и организующие команды на уроках физической культуры. Способы построеция и повороты стоя на месте 1 8 Самоконтроль. Строевые команды и построеция и повороты стоя на местам 1 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опоры-двигательного аппарата; —для развития координации, мотория и жизненнов ажных навыков, и умений. 1 10 Исходные положения в физических упражнения и положения в физических упражнениях. Приссдания и выпрытивания 1 11 ОРУ. Подъем туловища из положения в положения положения положения положения положения упор лежа 1 12 ОРУ. Подъем ног из положения положения и организующие команды: положения и положе		7 1			
Закаливание. Строевые команды, виды постросиия, расчёта. 1	3		1	1	
Строевые команды, виды построения, расчёта. 1					<u>bject/9/1/</u>
Построения, расчёта.					
4 Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическим упражиениями 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 5 Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 6 Осанка человска. Упражнения для осанки. Комплексы утренней зарядки и физкультиминуток в режиме для пикольника 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 7 Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Способы построения повороты стоя на месте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 8 Самоконтроль. Строевые команды и построения повижная игра «Все по местам» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития кораримации, моторики и жизвеню важных навьков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем тутовища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения дежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su					
общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями 1		построения, расчёта.			
3доровьеформирующими физическими упражнениями 1	4	Самостоятельные занятия	1	1	https://resh.edu.ru/su
физическими упражнениями 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 5 Самостоятельные развивающие подвижные изотафеты, строевые упражнения эстафеты, строевые упражнения для осанки. Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме для школьника 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 7 Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Способы построения, Подвижная игра «Вее по местам» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата; — лия развития координации. могорики и жизиенно важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приссдания и выпрытивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения в кивоте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем пог из положения лежа на животе. Стибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star ty262399/ 14 Способы постросния и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки»		общеразвивающими и			<u>bject/9/1/</u>
5 Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 6 Осанка человска. Упражнения для осанки. Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 7 Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Способы построения и повороты стоя на месте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 8 Самоконтроль. Строевые команды и построения. Подвижная игра «Все по местам» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизвенно важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнения и физических упражнения и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положения упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты паграво, кругом.		здоровьеформирующими			
подвижные игры и спортивные зстафеты, строевые упражнения 1		физическими упражнениями			
подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения 1	5	Самостоятельные развивающие	1	1	https://resh.edu.ru/su
1					
6 Осапка человека. Упражнения для осанки. Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 7 Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Способы постросния и повороты стоя на месте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 8 Самоконтроль. Строевые команды и постросния. Подвижная игра «Все по местам» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата; для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Стибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражисния и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star v326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1					
Для осанки. Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника 1	6		1	1	https://resh.edu.ru/su
зарядки и физкультминуток в режиме дня пкольника 1		_			
Режиме дия школьника 1		• 1			
7 Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Способы построения и повороты стоя на месте 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 8 Самоконтроль. Строевые команды и построения. Подвижная игра «Все по местам» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опорно-двитательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Стибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, крутом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/					
организующие команды на уроках физической культуры. Способы построения и повороты стоя на месте 8	7	1	1	1	httm://mac1/
уроках физической культуры. Способы построения и повороты стоя на месте 8	/	Строевые упражнения и	1	1	
Культуры. Способы построения и повороты стоя на месте 1		организующие команды на			<u>bject/9/1/</u>
Построения и повороты стоя на месте 1		уроках физической			
Построения и повороты стоя на месте 1		культуры. Способы			
На месте В Самоконтроль. Строевые команды и построения. Подвижная игра «Все по местам» 1 1 1 1 1 1 1 1 1					
8 Самоконтроль. Строевые команды и построения. Подвижная игра «Все по местам» 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрытивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		1 -			
Построения. Подвижная игра «Все по местам» 1	Q		1	1	https://resh.edu.ru/su
По местам» 1	0		1	1	
9 Освоение физических упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		*			<u> </u>
Для формирования и развития опорно-двигательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1	0		1	1	https://rosh.odu.mi/su
опорно-двигательного аппарата; — для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 10 Исходные положения в 1 физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 11 ОРУ. Подъем туловища из положения и животе 12 ОРУ. Подъем ног из положения и положения положении упор лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки»	9	1 1	1	1	
Для развития координации, моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1					<u>bject/9/1/</u>
моторики и жизненно важных навыков, и умений. 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		* · · ·			
навыков, и умений. 1 https://resh.edu.ru/su 10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, крутом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/					
10 Исходные положения в физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		_			
физических упражнениях. Приседания и выпрыгивания 1 OPУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 12 OPУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки»	10		1	1	1-441/1 1 /
Приседания и выпрыгивания 1	10		1	1	
11 ОРУ. Подъем туловища из положения лежа на спине и животе 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/					<u>bject/9/1/</u>
Положения лежа на спине и животе 12 ОРУ. Подъем ног из положения дежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Cтроевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты 1 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты 1 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 15 15 15 15 15 15 15 1		Приседания и выпрыгивания			
Положения лежа на спине и животе 12 ОРУ. Подъем ног из положения дежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Cтроевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты 1 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 15 15 15 15 15 15 15 1	11	ОРУ. Подъем туловища из	1	1	
12 ОРУ. Подъем ног из положения деступнательной положении упор лежа 1 1 1 1 1 1 1 1 1		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			<u>bject/9/1/</u>
12 ОРУ. Подъем ног из положения лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/					
лежа на животе. Сгибание рук в положении упор лежа 1 bject/9/1/ 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	12		1	1	https://resh.edu.ru/su
Положении упор лежа 13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 15 Строевые упражнения и повороты организующие команды: 1 организующие	12		1	1	
13 Строевые упражнения и организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		1.5			<u> </u>
организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» Concode		положении упор лежа			
организующие команды: повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1	13	Строевые упражнения и	1	1	
повороты направо, налево, кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1		_ · · · · ·			
кругом. 14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		_ = -			<u>t/326399/</u>
14 Способы построения и повороты стоя на месте. Подвижная игра «Салки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		<u> </u>			
стоя на месте. Подвижная игра «Салки» bject/lesson/4078/star t/326399/	1.4		1	1	https://rach.adv.ev/av
«Салки» t/326399/	14		1	1	
WCGIRII/					
15 Обучение равномерному бегу в 1 1 <u>https://resh.edu.ru/su</u>					
	15	Обучение равномерному бегу в	1	1	https://resh.edu.ru/su

Колоние по одному в Specifics son 2018/85 are vepe, доватио мерной ходьбой. Правила выполнения прижжая и дилиу с места 1		T	ı	1	1	
16 Разучивание подвижной игры 1 1 1 1 1 1 1 1 1		колонне по одному в				bject/lesson/4078/star
прыжка в длину с места						<u>t/326399/</u>
1						
Отталиявания двумя ногами Подвижная игра «Кто дальше прытнет» 1		прыжка в длину с места				
Подвижная игра «Кто дальше прытиет» 1	16	Разучивание одновременного	1		1	
Подвижно правижно правижно правижно правижно правил подвижных игр. 1		отталкивания двумя ногами.				
прытист»		Подвижная игра «Кто дальше				<u>t/326399/</u>
Разучивание игровых действий и правил подвижных игр 1 1 1 1 1 1 1 1 1		_				
Разучивание порвых действий и правил подвижных игр 1 1 1 1 1 1 1 1 1	17	Считалки для подвижных игр.	1		1	https://resh.edu.ru/su
правил подвижных игр						bject/lesson/4078/star
1						t/326399/
проведение подвижных игр 1 1 1 1 1 1 1 1 1	18	•	1		1	https://resh.edu.ru/su
1	10	-	1			
**OXOTHIKH И УТКИ> **Diect/9/1/ **Diect/9/1/	10		1		1	
20 Разучивание подвижной игры «Охотники и утки» 1 1 1 1 1 1 1 1 1	19		1		1	
	20		1		1	-
21	20		1		1	
«Не попади в болото» 1 bicet/9/1/ 22 Разучивание подвижной игры «Охотники и утки» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 23 Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 24 Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 25 Разучивание подвижной игры «Кго больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 26 Разучивание подвижной игры «Кго больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кго больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пинтвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пинтвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 30 Ловли и передача мяча руками в игра мяча руками в игра жижний игра мяча руками в игра жижний игра мяча руками в игра мяча руками в рысет/9/1/ 1 https://resh.edu.ru/su bicet/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения ката ката ката ката ката ката ката кат	0.1		1		1	
22	21		1		1	
Делучивание подвижной игры 1 1 1 1 1 1 1 1 1						
23	22	1 2	1		1	
«Не попади в болото» bject/9/1/ 24 Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 25 Разучивание подвижной игры «Не оступись» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 26 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижныя игра «Воробы» вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star U326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры. Подведение 1 1		«Охотники и утки»				
24 Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 25 Разучивание подвижной игры «Не оступись» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 26 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star (/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star (/326399/	23	Разучивание подвижной игры	1		1	
24 Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 25 Разучивание подвижной игры «Не оступись» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 26 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/esson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/esson/4078/star t/326399/ 34						<u>bject/9/1/</u>
«Не попади в болото» bject/9/1/ 25 Разучивание подвижной игры «Не оступись» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 26 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смешанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/esson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подве	24		1		1	https://resh.edu.ru/su
25	- '					
«Не оступись» bject/9/1/ 26 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи — вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	25		1		1	https://rash.adu.ru/su
26 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	23	_	1		1	
«Кто больше соберет яблок» bject/9/1/ 27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	26	· ·	1		1	
27 Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смешанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	20		1		1	
«Кто больше соберет яблок» bject/9/1/ 28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробы» вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	27		1		1	-
28 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 29 Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	27		1		1	
29	•	«Кто больше соберет яблок»				
29	28	Разучивание подвижной игры	1		1	
Зорани передача мяча руками в играх в движении 1		«Пингвины с мячом»				<u>bject/9/1/</u>
«Пингвины с мячом» bject/9/1/ 30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	29	Разучивание полвижной игры	1		1	https://resh.edu.ru/su
30 Ловля и передача мяча руками в играх в движении 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/1/ 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		=				<u>bject/9/1/</u>
1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	30		1		1	https://resh.edu.ru/su
31 Освоение правил и техники выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1	30		1		1	
Выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение	21	•	1		1	
Выполнения смещанного передвижения. Подвижные игры. 32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи — вороны» 1	31	=	1		1	
32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		выполнения смешанного				<u> </u>
32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		передвижения. Подвижные				
32 Бег в чередовании с ходьбой до 6 мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		-				
мин. Подвижная игра «Воробьи – вороны» bject/lesson/4078/star t/326399/ 33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 2 1 3 1 3 1 4 1 5 1 6 1 7 1 8 1 1 1 1 1 1 1 2 1 3 1 4 1 5 1 6 1 7 1 8 1 1	32	_	1		1	https://rash.odu.ru/ou
33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	32		1		1	
33 Бросок набивного мяча из-за головы. Подвижные игры 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		1				
Бросок наоивного мяча из-за головы. Подвижные игры bject/lesson/4078/star t/326399/ 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/	22	вороны»	1		1	
головы. Подвижные игры 34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1	33	Бросок набивного мяча из-за	1		1	
34 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение 1 1 https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/		<u> </u>				
стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры. Подведение bject/lesson/4078/star t/326399/	2.4	•	1		1	
Подвижные игры. Подведение <u>t/326399/</u>	34	-	1		1	
Подымные игры. Подведение						
ИТОГОВ.		_				<u> </u>
		итогов.				

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО	34	32	https://resh.edu.ru/su
ПРОГРАММЕ - 34			bject/lesson/4078/star
			t/326399/

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 2 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

№	Тема урока	Колич	ество часо	В	Дата	Электронные
п/п		всего	Контро льные работы	Практич еские работы	изучен ия	цифровые образовательные ресурсы
1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	0			https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
2	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1	0			https://resh.edu.ru/subject/9/1/
3	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
4	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
5	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
6	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
7	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. Модуль «Лёгкая	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/ https://resh.edu.ru/subj

				,	
	атлетика». Беговые упражнения.				<u>ect/9/1/</u>
	Зачет. Прыжок в длину с места.				
	Правила измерения показателей				
	физической подготовленности.				
	Составление плана				
	самостоятельных занятий				
	физической подготовкой.				
9	Модуль «Легкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Челночный бег 3*10. Метание				ect/9/1/
	мяча в цель. Метание мяча на				
	дальность.				
10	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики". Техника				<u>ect/9/1/</u>
	безопасности и гигиенические				
	требования на уроке гимнастики.				
	Правила поведения на уроках				
	физической культуры, подбора				
	одежды для занятий в				
	спортивном зале и на открытом				
	воздухе.				
11	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики". Строевые				ect/9/1/
	упражнения и организующие				
	команды на уроках физической				
	культуры.				
12	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики".	-			ect/9/1/
	Строевые упражнения:				
	построение и перестроение в				
	одну и две шеренги, стоя на				
	месте; повороты направо и				
	налево; передвижение в колонне				
	по одному, по два и в колонну по				
	три с равномерной скоростью.				
13	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики". Строевые				ect/lesson/4078/start/3
	упражнения и организующие				26399/
	команды на уроках физической				
	культуры				
	Строевые упражнения:				
	построение и перестроение в				
	одну и две шеренги, стоя на				
	месте; повороты направо и				
	налево; передвижение в колонне				
	по одному, по два и в колонну по				
	три с равномерной скоростью.				
14	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
14	акробатики». Перестроение из	1	J	1	ect/lesson/4078/start/3
	акрооатики». Перестроение из одной шеренги в три уступами и				26399/
	из колонны по одному в колонну				
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
	по три и четыре поворотом в				
	движении. Упражнения на развитие гибкости				
	развитие гиокости				

15	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Простые акробатические упражнения: упоры - присев, лежа; упор стоя на коленях; упор, лежа на бёдрах; упор, сидя сзади.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
16	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Наклон туловища из положения сидя (см.)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
17	Модуль «Гимнастика с основами акробатики ». Из упора присев перекат назад стойка на лопатках (держать) – перекатом вперёд лечь и «мост» - лечь	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
18	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Седы - на пятках, на пятках с наклоном, углом; группировка в приседе, сидя и лёжа на спине; перекаты в группировке вперёд-назад; из группировки сидя перекат назадвперёд на спине; перекат из упора присев в упор присев;	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
19	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастической скакалкой.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
20	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". ОРУ Строевые упражнения и команды. Упражнения с гимнастической скакалкой: прыжки на месте на двух ногах, попеременно, в шаге. Развитие координационных способностей	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
21	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды. Упражнения с гимнастической скакалкой: прыжки на месте на двух ногах, попеременно, в шаге. Упражнения со скакалкой в беге. Подвижные игры со скакалкой.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
22	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/

	Упражнения с гимнастическим				
	мячом: подбрасывание, перекаты,				
	повороты и наклоны с мячом в				
	руках				
23	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики". Строевые				<u>ect/9/1/</u>
	упражнения и команды.				
	Танцевальный хороводный шаг.				
	Упражнения с гимнастическим				
	мячом: подбрасывание, перекаты				
	с мячом в руках.				
24	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики". Упражнения с				<u>ect/9/1/</u>
	гимнастическим мячом: подъём				
	туловища из положения лёжа на				
	спине и животе; подъём ног из				
	положения лёжа на животе с				
25	мячом в руках.	1	0	1	1.44 // 1 1 / 1 *
25	Модуль «Самбо» История	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
	развития самбо. Правила				<u>CCU 7/ 1/</u>
	поведения на занятиях самбо,				
	подбор одежды для занятий в				
	спортивном зале. Приобретение обучающимися навыков				
	•				
	самозащиты и профилактики травматизма.				
26	1	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
20	Модуль «Самбо» Стойка	1	U	1	ect/9/1/
	самбиста, передвижение				
	приставным и скрестным шагом.				
	Самостраховка при падении на				
27	спину.	1	0	1	https://wash.adv.mv/svhi
27	Модуль «Самбо» Стойка самбиста,	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/1/
	передвижение приставным и скрестным шагом. Самостраховка				<u>CCU 3/ 1/</u>
	при падении на бок. Стойка на				
	голове.				
28	Модуль «Самбо» Самостраховка	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	при падении на бок. Мост из				ect/9/1/
	положения лежа на спине. Кувырок				
60	вперед, назад.		0	4	
29	Модуль «Самбо» Самостраховка	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	при подножке. Кувырок через				ect/9/1/
20	партнера впред.	1	0	1	1-44m o. //mc=1- = -1- / 1 *
30	Модуль «Самбо» Двойной	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
	кувырок вперед, назад.				<u>CCU 7/ 1/</u>
	Упражнения в равновесии.				
31	Перекаты в парах лежа.	1	0	1	https://rosh.odu.my/out:
31	Модуль «Подвижные и	1	U	1	https://resh.edu.ru/subject/9/1/
	спортивные игры». Техника				<u>CCU 7/ 1/</u>
	безопасности на уроках. Знакомство с историей				
	1				
	возникновения спортивных и				
	народных игр. Средства				

	народной культуры. Игра «Бросай – поймай». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых				
	способностей. Передача и ловля мяча.				
32		1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
32	Модуль «Подвижные и	1	U		ect/lesson/4078/start/3
	спортивные игры». Эстафеты с				26399/
	мячами. Метко в цель. Развитие				203771
	координационных способностей.				
22	Стойка баскетболиста.	1	0	1	1 // 1 1 / 1:
33	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Ведение				ect/lesson/4078/start/3 26399/
	баскетбольного мяча на месте и в				<u>20399/</u>
2.1	шаге. Эстафеты.				
34	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Эстафеты с				ect/lesson/4078/start/3
	мячами. Развитие				<u>26399/</u>
	координационных способностей				
35	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Передача				<u>ect/9/1/</u>
	мяча в парах двумя руками от				
	груди, из-за головы, одной рукой				
	от плеча. Подвижная игра:				
	«Попробуй-ка, поймай».				
36	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры».				<u>ect/9/1/</u>
	Передвижение в стойке				
	баскетболиста. Передача мяча в				
	парах двумя руками от груди, из-				
	за головы, одной рукой от плеча.				
	Подвижные игры: «Передал -				
	садись» «Погрузка арбузов».				
37	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Броски мяча				<u>ect/9/1/</u>
	одной и двумя руками в				
	вертикальную цель. Подвижная				
	игра: «Карлики и великаны».				
38	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Эстафеты.				<u>ect/9/1/</u>
	Упражнения с предметами: со				
	скакалкой - прыжки с вращением				
	скакалки вперед и назад, на двух				
	и одной ноге, с ноги на ногу,				
	прыжки с поворотами, бег,				
	перепрыгивая через скакалку				
39	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Ведение				ect/9/1/
	футбольного мяча по заданной				
	траектории. Удары по мячу с				
	места внутренней частью				
	подъема.				
40	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Ведение				ect/9/1/
	1 1	1	1	1	1

	футбольного мяча с равномерной				
	скоростью змейкой, по прямой,				
	по кругу.				
41	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Передача и				ect/9/1/
	остановка мяча в парах: на месте				
	и в движении. Подвижные игры.				
42	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	спортивные игры». Удар по	1			ect/9/1/
	неподвижному футбольному				
	мячу внутренней стороной стопы				
	с небольшого разбега в мишень.				
43	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
73	спортивные игры». Удар по	1			ect/9/1/
	неподвижному, катящемуся				<u> </u>
	мячу внутренней стороной стопы				
	с небольшого разбега в мишень.				
44	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	модуль «подвижные и спортивные игры». Футбол.	1		1	ect/9/1/
	Удары по воротам. Передачи в				
	удары по воротам. Передачи в парах, тройках.				
45	парах, троиках. Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
43	модуль «подвижные и спортивные игры». Правила	1	U	1	ect/9/1/
					<u>ccu </u>
	игры в футбол. Удары по				
	воротам ранее изученными спообами.				
46	споооами. Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
40	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	1	U	1	ect/9/1/
	спортивные игры». Удары в по				<u> </u>
	мячу правой и левой ногой.				
	Подвижные игры с элементами футбола.				
47	футоола. Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
4/	модуль «подвижные игры». Пионербол. История волейбола.	1	U	1	ect/9/1/
					330/7/11
	Правила игры. Передвижения в				
10	низкой и средней стойке.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
48	Модуль «Подвижные и	1	U	1	ect/9/1/
	спортивные игры».				<u>CCU 7/ 1/</u>
	Перебрасывание мяча через				
	волейбольную сетку из-за				
	головы. Прыжки через скакалку.				
	Подвижная игра «Передай				
49	соседу» Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
47		1	U	1	ect/9/1/
	спортивные игры». Передачи волейбольного мяча в парах.				<u>550 7/ 1/</u>
	<u> </u>				
50	Броски и ловля.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
30	Модуль «Подвижные и	1	U	1	ect/9/1/
	спортивные игры». Бросок мяча				<u>CCU 7/ 1/</u>
	через сетку. Упражнения на				
F 1	внимание по сигналу.	1	0	1	httma://wesh-advs/1.
51	Модуль «Подвижные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
	Броски волейбольного мяча в				<u>CCU 7/ 1/</u>
	стену и ловля после отскока.				

52	Модуль "Подвижные	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
32	и спортивные игры". Игры для	1	U	1	ect/9/1/
					<u>CCU 3/ 1/</u>
	развития внимания и ловкости.				
	Подбрасывание и ловля двух				
7.0	мячей поочередно.	4		4	
53	Модуль "Подвижные	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	и спортивные игры". Бросок мяча				<u>ect/9/1/</u>
	с линии подачи. Техника нижней				
	прямой подачи. Подвижные игры				
	с элементами волейбола. Игра в				
	«пионербол».				
54	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	атлетика». Правила техники				<u>ect/9/1/</u>
	безопасности на уроках.				
	Прыжковые упражнения:				
	прыжки и многоскоки.				
	Прыжковые упражнения: прыжок				
	в длину с места.				
55	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	атлетика». Прыжковые				ect/9/1/
	упражнения: прыжки и				
	многоскоки. Зачет. Прыжок в				
	длину с места.				
56	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	атлетика». Метание малого	1			ect/9/1/
	(теннисного) мяча на дальность.				
57	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
37	атлетика». Метание малого	1		1	ect/9/1/
	(теннисного) мяча на дальность.				
	Зачет. Метание малого				
	(теннисного) мяча на дальность.				
58	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
36	атлетика». Броски набивного	1	0	1	ect/9/1/
	-				<u>CCU 3/ 1/</u>
	мяча двумя руками из-за головы,				
50	двумя руками от груди.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
59	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	ect/9/1/
	подготовка: освоение содержания				<u>ect/9/1/</u>
	программы, демонстрация				
	приростов в показателях				
	физической подготовленности.				
	Прыжок в длину с места.	4			1 // 1 /
60	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Наклон вперёд из				
	положения стоя на				
	гимнастической скамейке				
61	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Сгибание и				
	разгибание рук в упоре лёжа				
62	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				ect/9/1/
	упражнений. Упражнения на				
	1	<u> </u>		ı	1

	мышцы брюшного пресса и				
	спины.				
63	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений.Подтягивание на				
	высокой перекладине (м.), на низкой				
	(д.)	4			1 // 1 1 / 1 1
64	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Бег 30м. Упражнения				
	в равновесии.	1	0	1	1 // 1 1 / 1:
65	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. «Челночный бег»				
	3х10м	4			1 // 1 1 / 1 1
66	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Сложно-				
	координированные прыжки				
	толчком одной ногой и двумя				
	ногами с места. Бег с поворотами				
	и изменением направления.				
67	Модуль Спорт» Физическая	1		1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Бег в чередовании				
	ходьбой до 4мин. Подвижные				
	игры.				
68	Модуль Спорт» Физическая	1		1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Метание малого				
	мяча в цель. Подведение итогов.	_			
	ЦЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО	68	0	66	
ПРО	ГРАММЕ				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 2 КЛАССА (ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ)

№	Тема урока	Колич	ество часо	В	Дата	Электронные
п/п		всего	Контро льные работы	Практич еские работы	изучен ия	цифровые образовательные ресурсы
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
2	Зарождение Олимпийских игр. Современные Олимпийские игры	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
3	Дневник наблюдений по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
4	Физическое развитие и его измерение. Физические качества. Сила как физическое качество	1		1		https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
5	Физическое развитие и его	1		1		https://resh.edu.ru/su

	измерение. Быстрота как			bject/lesson/4078/sta rt/326399/
	физическое качество.	1	1	
6	Физическое развитие и его измерение. Выносливость как	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta rt/326399/
	физическое качество			
7	Физическое развитие и его	1	1	https://resh.edu.ru/su
	измерение. Гибкость как			bject/lesson/4078/sta
	физическое качество.			<u>rt/326399/</u>
8	Физическое развитие и его	1	1	https://resh.edu.ru/su
	измерение. Развитие			bject/lesson/4078/sta
	координации движений			rt/326399/
9	Закаливание организма.	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Утренняя зарядка.			bject/lesson/4078/sta
	Составление индивидуальных			<u>rt/326399/</u>
10	комплексов утренней зарядки	1	1	1 // 1 /
10	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Техника безопасности на уроках.			<u>bject/9/1/</u>
	Правила предупреждения			
	травматизма во время занятий			
	физическими упражнениями:			
	организация мест занятий,			
	подбор одежды, обуви и			
	инвентаря. Подвижные игры.			
11	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Знакомство с историей			<u>bject/9/1/</u>
	возникновения народных игр.			
	Средства народной культуры.			
	Игра «Бросай – поймай».			
	Эстафеты. Развитие скоростно-			
	силовых способностей. Передача			
	и ловля мяча.			
12	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Эстафеты с баскетбольными			bject/9/1/
	мячами. Метко в цель. Развитие			
	координационных способностей			
13	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
10	Ведение мяча на месте и шагом.			bject/9/1/
	Эстафеты.			
14	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
* '	Эстафеты. Упражнения с	•	1	bject/9/1/
	предметами: со скакалкой -			
	прыжки с вращением скакалки			
	вперед и назад, на двух и одной			
	ноге, с ноги на ногу, прыжки с			
	поворотами, бег, перепрыгивая			
15	через скакалку Молули «Поличина нерги»	1	1	https://resh.edu.ru/su
13	Модуль «Подвижные игры».	1	1	bject/9/1/
	Эстафеты с мячами. Развитие			<u>ojcc// 9/1/</u>
1.0	координационных способностей	1	1	1
16	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Игра «День- ночь» Игра «Волк			<u>bject/9/1/</u>
	во рву»	4		
17	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su

	Передачи, ловля и бросок малого			bject/9/1/
	мяча. Подвижные игры.			
18	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Подводящие упражнения для			bject/9/1/
	обучения ведению мяча. Ведения			
	мяча на месте правой, а затем			
	левой рукой шагом по прямой;			
	бегом по прямой; по кругу; в			
	движении с изменением			
	направления и скорости.			
19	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Элементы спортивных игр.			bject/9/1/
	Ловля и передача в парах.			
20	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Ловля и передача мяча двумя			<u>bject/9/1/</u>
	руками от груди, стоя на месте.			
	Ведение мяча на месте			
21	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Ведение мяча на месте с			<u>bject/9/1/</u>
	поворотом. Эстафеты. Игра «Мяч			
	в обруч».			
22	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Подвижные игры, «гонки			<u>bject/9/1/</u>
	баскетбольных мячей», «Брось –			
	поймай», «Кто быстрее»			
23	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Подвижные игры «Ведение			<u>bject/9/1/</u>
	парами», «Гонка по кругу»			
24	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su
	Технические приёмы игры в			<u>bject/9/1/</u>
	баскетбол, ведение баскетбольного			
25	мяча с равномерной скоростью	1	1	lette 0. //woods a dec /
25	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Ведение мяча на месте и в			<u>UJCCU 9/ 1/</u>
26	движении.	1	1	https://work.adv.my/a
26	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Передача мяча в стену, ловля			<u>UJCCU 9/ 1/</u>
	мяча после отскока. Подвижная			
27	игра «Охотники и утки»	1	1	https://wash.ad /a
27	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Ведение мяча змейкой, передача			<u> </u>
20	мяча с отскоком от пола.	1	1	https://wash.ad/a
28	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Остановка прыжком после			<u>UJCCI/ 9/ 1/</u>
20	ведения.	1	1	https://wash.ad/a
29	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Понятие «пробежка», «двойное			<u>UJCCU 9/ 1/</u>
	ведение». Подвижная игра			
20	«Баскетбольная пятнашка».	1	1	https://wash.ad/a
30	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
21	Двойной шаг после ведения.	1	1	
31	Модуль «Подвижные игры».	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	Выпрыгивание с одной ноги			<u>ojecu 3/1/</u>

	после двойного шага.				
32	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	Игра «Выше ноги от земли».				<u>bject/9/1/</u>
	Передача одной рукой от плеча.				
33	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	Броски мяча двумя руками от				<u>bject/9/1/</u>
	груди в цель (прямо, сбоку).				
34	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	Правила игры в баскетбол. Игра				<u>bject/9/1/</u>
	без ведения мяча «Кто быстрее				
	наберет». Подведение итгов.				
ОБЩ	ЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО	34	0	31	
ПРОІ	TPAMME - 34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 3 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

№	Тема урока	Колич	ество часо	В	Дата	Электронные
п/п		всего	Контро льные работы	Практич еские работы	изучен ия	цифровые образовательные ресурсы
1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	0			https://resh.edu.ru/subject/9/1/
2	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1	0			https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
3	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
4	Составление индивидуальных комплексов угренней зарядки. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
5	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Правила поведения, подбор одежды и обуви для занятий на спортивной площадке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
6	Модуль «Лёгкая атлетика». ОРУ. Метательные упражнения: Метание мяча в неподвижную цель с места. Подвижная игра «Точно в цель»	1	0	1		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/

edu.ru/su edu.ru/su edu.ru/su
edu.ru/su
ada malan
edu.ru/su
odu my/s
edu.ru/su
edu.ru/su
<u>cau.ru/su</u>
edu.ru/su
/4078/sta
edu.ru/su
/4078/sta
edu.ru/su
/4078/sta

	(см.)				
16	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики». Из упора присев				bject/lesson/4078/sta
	перекат назад с выходом в стойку				<u>rt/326399/</u>
	на лопатках (держать), «мост» из				
	положения лежа на спине.				
17	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики». Перекат вперед,				bject/lesson/4078/sta
	назад через правое, левое плечо.				rt/326399/
	Кувырок вперед. Полушпагат.				
18	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики». Исходные				<u>bject/9/1/</u>
	положения в физических				
	упражнениях: стойки, упоры,				
	седы, положения лёжа.				
	Подтягивание на высокой				
	перекладине(м.), на низкой (д.)				
19	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики ». Гимнастические				<u>bject/9/1/</u>
	упражнения: способы				
	передвижения ходьбой и бегом;				
	упражнения с гимнастической				
	скакалкой. Прыжки через				
20	скакалку (30сек.)	4	0		1 // 1 1 /
20	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики». Развитие				<u>bject/9/1/</u>
	координационных способностей:				
	Упражнения со скакалкой:				
	прыжки с вращением скакалки				
	вперед и назад, на двух и одной				
	ноге, с ноги на ногу, прыжки с поворотами, бег, перепрыгивая				
	через скакалку пробегание через				
21	вращающуюся скакалку. Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
21	акробатики". Гимнастические	1		1	bject/9/1/
	упражнения: способы				
	передвижения ходьбой и бегом;				
	упражнения с гимнастической				
	скакалкой.				
22	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики". ОРУ Строевые				bject/9/1/
	упражнения и команды.				
	Упражнения с гимнастической				
	скакалкой: прыжки на месте на				
	Развитие координационных				
	способностей				
23	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики". Строевые				<u>bject/9/1/</u>
	упражнения и команды.				
	Упражнения с гимнастическим				
	мячом: подбрасывание, перекаты,				
23	способностей Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды. Упражнения с гимнастическим	1	0	1	

	повороты и наклоны с мячом в				
	руках				
24	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые	1	0		https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	упражнения и команды.				
	Упражнения с гимнастическим				
	мячом: подбрасывание и ловля				
	мяча на месте и в движении,				
	перевод мяча вокруг туловища.				
25	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики". Упражнения с				<u>bject/9/1/</u>
	гимнастическим мячом: подъём				
	туловища из положения лёжа на				
	спине и животе; подъём ног из				
	положения лёжа на животе с				
	мячом в руках.				
26	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	акробатики". Упражнения с				<u>bject/9/1/</u>
	гимнастическим мячом: Удар				
	мяча в пол с высоким отскоком,				
	перекат вперед с выходом в				
	исходное положение.				
27	Модуль «Самбо» История	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	развития самбо. Правила				<u>bject/9/1/</u>
	поведения на занятиях самбо,				
	подбор одежды для занятий в				
	спортивном зале. Приобретение				
	обучающимися навыков				
	самозащиты и профилактики				
•	травматизма.				
28	Модуль «Самбо» Стойка	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	самбиста, передвижение				<u>bject/9/1/</u>
	приставным и скрестным шагом.				
	Самостраховка при падении на				
	спину, на бок.				
29	Модуль «Самбо» Стойка самбиста,	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	передвижение приставным и				<u>bject/9/1/</u>
	скрестным шагом. Самостраховка				
20	при подножке Стойка на голове.	1	0	1	1-44 // 1 1 /
30	Модуль «Самбо» Самостраховка	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	при падении на бок.Мост из				<u>0]ect/9/1/</u>
	положения лежа на спине. Кувырок вперед, назад.				
31	модуль «Самбо» Техника	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	выполнения подножки.	•			bject/9/1/
	Самостраховка при подножке.				
	Кувырок через партнера впред.				
32	Модуль «Самбо» Двойной	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	кувырок вперед, назад.	_		-	bject/lesson/4078/sta
	Упражнения в равновесии.				rt/326399/
	Перекаты в парах лежа.				
33	Модуль «Самбо» Правила самбо.	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	Кувырок через партнера впред.				bject/lesson/4078/sta
	1 1 1 -F F -F	i	Í	1 1	

	Стойка на руках. Подвижные				rt/326399/
	игры.				
34	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Техника				bject/lesson/4078/sta
	безопасности на уроках.				<u>rt/326399/</u>
	Знакомство с историей				
	возникновения спортивных и				
	народных игр. Средства				
	народной культуры. Игра				
	«Бросай – лови». Эстафеты.				
	Развитие скоростно-силовых				
	способностей. Передача и ловля				
	баскетбольного мяча.				
35	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Эстафеты с				bject/lesson/4078/sta
	мячами. Метко в цель. Развитие				<u>rt/326399/</u>
	координационных способностей.				
	Стойка баскетболиста.				
36	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Ведение				bject/lesson/4078/sta
	баскетбольного мяча на месте и в				<u>rt/326399/</u>
	шаге. Эстафеты.				
37	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Эстафеты с				bject/lesson/4078/sta
	мячами. Развитие				<u>rt/326399/</u>
	координационных способностей				
38	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Передача				<u>bject/9/1/</u>
	мяча в парах двумя руками от				
	груди, из-за головы, одной рукой				
	от плеча. Подвижная игра:				
	«Попробуй-ка, поймай».		1		
39	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Броски мяча				<u>bject/9/1/</u>
	одной и двумя руками в				
	вертикальную цель. Подвижная				
40	игра: «Меткий стрелок».	1		1	1., // 1 1 /
40	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	спортивные игры». Пионербол.				<u>DJect/9/1/</u>
	История волейбола. Правила				
	игры. Передвижения в низкой и				
41	средней стойке.	1	0	1	httms://wash.adv.euv/av
41	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	спортивные игры».				<u>DJCC1/9/1/</u>
	Перебрасывание мяча через				
	волейбольную сетку из-за				
	головы. Прыжки через скакалку.				
	Подвижная игра «Передай				
42	соседу»	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
42	Модуль «Подвижные и	1	U	1	bject/lesson/4078/sta
	спортивные игры». Бросок мяча				rt/326399/
	через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.				
<u> </u>	виниание по сигналу.		1		

12	Можити иПо	1	0	1	https://roch.adv.my/a
43	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/sta
	спортивные игры». Броски				
	волейбольного мяча в стену и				<u>rt/326399/</u>
	ловля после отскока.				
44	Модуль "Подвижные	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	и спортивные игры". Игры для				bject/lesson/4078/sta
	развития внимания и ловкости.				<u>rt/326399/</u>
	Подбрасывание и ловля двух				
	мячей поочередно.				
45	Модуль "Подвижные	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	и спортивные игры". Бросок мяча				bject/9/1/
	с линии подачи. Техника нижней				
	прямой подачи. Подвижные игры				
	с элементами волейбола. Игра в				
	«пионербол».				
46	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Ведение				bject/9/1/
	футбольного мяча по заданной				
	траектории. Удары по мячу с				
	места внутренней частью				
	подъема.				
47	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
- '	спортивные игры». Ведение	1			bject/9/1/
	футбольного мяча с равномерной				
	скоростью змейкой, по прямой,				
	_				
48	по кругу. Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
70	модуль «подвижные и спортивные игры». Передача и	1		1	bject/9/1/
	остановка мяча в парах: на месте				<u>-1</u>
	и в движении. Подвижные игры.				
49	и в движении. Подвижные игры. Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
47 	модуль «подвижные и спортивные игры». Удар по	1	0	1	bject/lesson/4078/sta
	1 1				rt/326399/
	неподвижному футбольному				<u> </u>
	мячу внутренней стороной стопы				
50	с небольшого разбега в мишень.	1	0	1	https://pash.ad/a
50	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/sta
	спортивные игры». Правила				rt/326399/
	игры в футбол. Удары по				11/340377/
	воротам ранее изученными				
	спообами. Передачи в парах,				
	тройках.				,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
51	Модуль «Подвижные и	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	спортивные игры». Удары в по				bject/lesson/4078/sta
	мячу правой и левой ногой.				<u>rt/326399/</u>
	Подвижные игры с элементами				
	футбола.				
52	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	атлетика». Правила техники				<u>bject/9/1/</u>
	безопасности на уроках.				
	Прыжковые упражнения:				
	прыжки и многоскоки.				
	Прыжковые упражнения: прыжок				
	в длину с места.				
				•	

		1		T	T .
53	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	атлетика». Прыжковые				<u>0jcct/ </u>
	упражнения: прыжки и				
	многоскоки. Зачет. Прыжок в				
54	длину с места.	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
54	Модуль «Лёгкая	1	0	1	bject/9/1/
	атлетика». Равномерный бег с				<u> </u>
	перепрыгиванием гимнастической скамьи. Техника				
	тимнастической скамьи. Техника тройного прыжка.				
55	1	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
33	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника низкого и	1	0		bject/9/1/
					<u> </u>
	высокого старта. Упражнения на				
	координацию: ходьба по гимнастической скамье в				
	равновесии. Подвижные игры с				
56	элементами бега и прыжков. Модуль «Лёгкая атлетика». Бег в	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
50	чередовании с ходьбой без учета	1	U	1	bject/lesson/4078/sta
	времени. Запрыгивание и				rt/326399/
	-				14 6 2 0 6 9 9 7
	спрыгивание на гимн.скамье с				
57	продвижением вперед. Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
37	атлетика». Техника эстафетного	1	U		bject/lesson/4078/sta
	бега. Продвижение по				rt/326399/
	гимнастической скамье способом				14 6 2 0 6 7 7 7
	подтягивания. Прыжки через				
	скамью.				
58	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
30	атлетика». «Челночный бег»				bject/lesson/4078/sta
	4*9м. Ходьба по гимнастической				rt/326399/
	скамье с поворотами,				
	выпрыгиванием и спрыгиванием.				
	Подвижные игры.				
59	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	подготовка: освоение содержания				bject/9/1/
	программы, демонстрация				
	приростов в показателях				
	физической подготовленности.				
	Прыжок в длину с места.				
60	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	подготовка: Освоение физических				bject/9/1/
	упражнений. Наклон вперёд из				
	положения стоя на				
	гимнастической скамейке				
61	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	подготовка: Освоение физических				bject/9/1/
	упражнений. Сгибание и				
	разгибание рук в упоре лёжа				
62	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/su
	подготовка: Освоение физических				<u>bject/9/1/</u>
	упражнений. Упражнения на				
	мышцы брюшного пресса и				
	<u>, i i</u>	1	1	<u> </u>	

63 Модуль Спорт» Физических подготовка: Освоение физических упражнений. Подтягивание на высокой перекладине (м.), на низкой (д.) 1 0 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/I/ 64 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Бег 30м. Упражнения в равновесии. 1 0 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/I/ 65 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. «Челночный бег» 3x10м 1 0 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/I/ 66 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места. Бег с поворотами и изменением направления. 1 0 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/I/ 67 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Бег в чередовании ходьбой до 5мин. Подвижные игры. 1 0 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/I/ 68 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение игогов. 1 0 1 https://resh.edu.ru/su bject/9/I/ 68 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение игогов. 0 6 6 ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО 68 0		спины.				
Подготовка: Освоение физических упражнений. Бег 30м. Упражнения в равновесии.	63	подготовка: Освоение физических упражнений. Подтягивание на высокой перекладине (м.), на низкой	1	0	1	
подготовка: Освоение физических упражнений. «Челночный бег» 3х10м 66 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места. Бег с поворотами и изменением направления. 67 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Бег в чередовании ходьбой до 5мин. Подвижные игры. 68 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Бег в чередовании ходьбой до 5мин. Подвижные игры. 68 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение итогов. ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО 68 0 66	64	подготовка: Освоение физических упражнений. Бег 30м. Упражнения	1	0	1	bject/9/1/
подготовка: Освоение физических упражнений. Сложно- координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места. Бег с поворотами и изменением направления. 67 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Бег в чередовании ходьбой до 5мин. Подвижные игры. 68 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение итогов. 68 О 66	65	подготовка: Освоение физических упражнений. «Челночный бег»	1	0	1	
подготовка: Освоение физических упражнений. Бег в чередовании ходьбой до 5мин. Подвижные игры. 68 Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение итогов. ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО 68 0 66	66	подготовка: Освоение физических упражнений. Сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места. Бег с поворотами	1	0	1	
подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение итогов. ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО 68 0 66	67	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Бег в чередовании ходьбой до 5мин. Подвижные	1	0	1	
' I I I I I I I I I I I I I I I I I I I		подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение итогов.	1	0	1	
		·	68	0	66	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 3 КЛАССА (ЧАСТЬ ФОРМИРУЕМАЯ УЧАСТНИКАМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОТНОШЕНИЙ)

№	Тема урока	Колич	ество часо	В	Дата	Электронные цифровые образовательные ресурсы
п/п		всего	Контро льные работы	Практич еские работы	- изучен ия	
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
2	Зарождение Олимпийских игр. Современные Олимпийские игры	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
3	Дневник наблюдений по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
4	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1				https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/
5	Виды физических упражнений, их отличительные признаки и предназначение.	1				https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/
6	Виды физических упражнений,	1		1		https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star

	их отличительные признаки и предназначение.			t/326399/
7	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/
8	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/
9	Дыхательная гимнастика.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/lesson/4078/star t/326399/
10	Зрительная гимнастика.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
11	Модуль «Подвижные игры». Техника безопасности на уроках. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Подвижные игры.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
12	Модуль «Подвижные игры». Знакомство с историей возникновения народных игр. Средства народной культуры. Игра «Бросай – поймай». Эстафеты. Развитие скоростносиловых способностей. Передача и ловля мяча.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
13	Модуль «Подвижные игры». Эстафеты с баскетбольными мячами. Метко в цель. Развитие координационных способностей	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
14	Модуль «Подвижные игры». Ведение мяча на месте и шагом. Эстафеты.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
15	Модуль «Подвижные игры». Эстафеты. Упражнения с предметами: со скакалкой - прыжки с вращением скакалки вперед и назад, на двух и одной ноге, с ноги на ногу, прыжки с поворотами, бег, перепрыгивая через скакалку	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
16	Модуль «Подвижные игры». Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
17	Модуль «Подвижные игры». Игра «День- ночь» Игра «Волк во рву»	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
18	Модуль «Подвижные игры». Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/

33	после двойного шага. Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
1			1	1	1
	Выпрыгивание с одной ноги				<u>bject/9/1/</u>
32	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
22	Двойной шаг после ведения.	1		1	<u>bject/9/1/</u>
31	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
21	«Баскетбольная пятнашка».	1		1	1 // /
	ведение». Подвижная игра				
	Понятие «пробежка», «двойное				<u>bject/9/1/</u>
30	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	ведения.				
	Остановка прыжком после				<u>bject/9/1/</u>
29	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	мяча с отскоком от пола.				
	Ведение мяча змейкой, передача				<u>bject/9/1/</u>
28	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	игра «Охотники и утки»				
	мяча после отскока. Подвижная				
	Передача мяча в стену, ловля				<u>bject/9/1/</u>
27	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	движении.				
	Ведение мяча на месте и в				<u>bject/9/1/</u>
26	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	мяча с равномерной скоростью				
	баскетбол, ведение баскетбольного				
	Технические приёмы игры в				<u>bject/9/1/</u>
25	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	парами», «Гонка по кругу»				
	Подвижные игры «Ведение				<u>bject/9/1/</u>
24	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	поймай», «Кто быстрее»				
	баскетбольных мячей», «Брось –				
	Подвижные игры, «гонки				<u>bject/9/1/</u>
23	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	в обруч».				
	поворотом. Эстафеты. Игра «Мяч				
	Ведение мяча на месте с				<u>bject/9/1/</u>
22	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	Ведение мяча на месте				
	руками от груди, стоя на месте.				
	Ловля и передача мяча двумя				<u>bject/9/1/</u>
21	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	и передача в парах.				
	Элементы спортивных игр. Ловля				<u>bject/9/1/</u>
20	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su
	направления и скорости.	_			
	движении с изменением				
	бегом по прямой; по кругу; в				
	левой рукой шагом по прямой;				
	мяча на месте правой, а затем				
	обучения ведению мяча. Ведения				
	Подводящие упражнения для				bject/9/1/
19	Модуль «Подвижные игры».	1		1	https://resh.edu.ru/su

	Броски мяча двумя руками от груди в цель (прямо, сбоку).			<u>bject/9/1/</u>
34	Модуль «Подвижные игры». Правила игры в баскетбол. Игра без ведения мяча «Кто быстрее наберет». Подведение итгов.	1	1	https://resh.edu.ru/su bject/9/1/
	[ЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ГРАММЕ	34	29	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 4 КЛАССА (ОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ УЧЕБНОГО ПЛАНА НОО)

№	Тема урока	Колич	ество часо	В	Дата - изучен ия	Электронные
п/п		всего	Контро льные работы	Практич еские работы		цифровые образовательные ресурсы
1		1	0			https://resh.edu.ru/subj
	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности					ect/9/1/
2	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1	0			https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
3	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
4	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Беговые упражнения: равномерный бег по дистанции с подскоками, поворотами, ускорениями.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
5	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые и беговые упражнения. Прыжок в длину с места. Правила развития физических качеств. Бег 30 м.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
6	Модуль «Лёгкая атлетика». Челночный бег 4*9м. Бег 30м. с	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/

	высокого старта.					
7	Модуль «Лёгкая	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
	атлетика». Прыжковые и беговые					ect/9/1/
	упражнения. Прыжок в длину с					
	места. Правила развития					
	физических качеств. Техника					
	передачи эстафетной палочки.					
8	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег в	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
	чередовании с ходьбой. Бег 60м.					<u>ect/9/1/</u>
	Подвижные игры с элементами					
	метания мяча.					
9	Модуль «Лёгкая атлетика».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
	Гладкий равномерный бег по					ect/9/1/
	учебной дистанции; ранее					
	разученные беговые упражнения.					
10	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
	акробатики". Техника					<u>ect/9/1/</u>
	безопасности и гигиенические					
	требования на уроке гимнастики.					
	Правила поведения. «Ласточка»					
	стоя на полу. Упражнения в					
1.1	равновесии.	1	0	1		
11	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
	акробатики". Акробатическая					<u>ECU 9/ 1/</u>
	комбинация: перекат назад с					
	выходом в стойку на лопатках и					
	перекатом в исходное положение.					
12	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
12	акробатики".	1		1		ect/9/1/
	Акробатическая комбинация:					
	мост из положение лежа,					
	полушпагат (м.), шпагат					
	(д.).Подвижные игры.					
13	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
	акробатики». Исходные					ect/lesson/4078/start/3
	положения в физических					<u>26399/</u>
	упражнениях: стойки, упоры,					
	седы, положения лёжа. Наклон					
	туловища из положения сидя					
	(см.)					
14	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
	акробатики». Перекат вперед					ect/lesson/4078/start/3
	через правое, левое плечо,					26399/
	кувырок назад с выходом в					
1.5	исходное положение.	1	0	1		https://posh.odu.m./out:
15	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/3
	акробатики». Упражнения на					26399/
	низком гимнастическом бревне: ходьба, повороты, подскоки.					<u> </u>
16	модуль «Гимнастика с основами	1	0	1		https://resh.edu.ru/subj
10	акробатики». Упражнения на	1	U	1		ect/lesson/4078/start/3
	низком гимнастическом бревне:					26399/
L	пизком гимпастическом оревне.		<u> </u>	l .	I	

	ходьба, повороты на 90*, 180*,				
	«ласточка», техника				
	спрыгивания.				
17	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики». Упражнения на				ect/lesson/4078/start/3
	низком гимнастическом бревне:				<u>26399/</u>
	стойка на одной ноге на 90*,				
	подскоки, повороты.				
18	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики». Исходные				<u>ect/9/1/</u>
	положения в физических				
	упражнениях: стойки, упоры.				
	Подтягивание на высокой				
	перекладине(м.), на низкой (д.)				
19	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики». Исходные				<u>ect/9/1/</u>
	положения в физических				
	упражнениях: стойки, упоры,				
	висы. Висы на согнутых руках,				
	на высокой перекладине(м.), на				
	низкой (д.)		_		
20	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	акробатики». Исходные				<u>ect/9/1/</u>
	положения в физических				
	упражнениях: Сгибание				
	разгибание рук в упоре лежа.				
21	Подвижные игры.	1	0	1	1-44
21	Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
	акробатики ». Упражнения				<u>ect/9/1/</u>
	ритмической гимнастики:				
	танцевальные упражнения:				
	прыжки приставным шагом,				
22	вперед-назад с притопом. Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
22	модуль «гимнастика с основами акробатики ». Упражнения	1	0		ect/9/1/
	ритмической гимнастики:				<u>CCC 7/ 1/</u>
	танцевальные упражнения:				
	движения приставным шагом,				
	вперед-назад с притопом.				
	Подвижные игры.				
23	Подвижные игры. Модуль «Гимнастика с основами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
23	акробатики ». Упражнения	1		1	ect/9/1/
	ритмической гимнастики:				
	Выполнение освоенных				
	технических действий в условиях				
	танцевальной деятельности.				
	Развитие координационных				
	способностей				
24	Модуль «Самбо» История	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
'	развития самбо. Правила				ect/9/1/
	поведения на занятиях самбо,				
	подбор одежды для занятий в				
	спортивном зале. Приобретение				
1		1	<u> </u>	<u> </u>	1

	обучающимися навыков				
	самозащиты и профилактики				
	травматизма.				
25	Модуль «Самбо» Стойка самбиста,	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
23	передвижение приставным и	1		1	ect/9/1/
	скрестным шагом. Самостраховка				
	при падении на спину, на бок.				
26	Модуль «Самбо» Стойка самбиста,	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	передвижение приставным и				<u>ect/9/1/</u>
	скрестным шагом. Самостраховка				
25	при подножке Стойка на голове.			4	1 // 1 / 1
27	Модуль «Самбо» Самостраховка	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	при падении на бок. Мост из				<u>ect/9/1/</u>
	положения лежа на спине. Кувырок				
28	вперед, назад. Модуль «Самбо» Техника	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
20	выполнения подножки.	1	0	1	ect/9/1/
	Самостраховка при подножке.				
	Кувырок через партнера впред.				
29	Модуль «Самбо» Правила самбо.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
27	Модуль «Самоо» правила самоо. Кувырок через партнера впред.	1		1	ect/9/1/
	Стойка на руках. Подвижные				
	игры.				
30	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Техника безопасности на уроках.	1			ect/9/1/
	Знакомство с историей				
	возникновения спортивных и				
	народных игр. Средства				
	народной культуры. Игра				
	«Бросай – лови». Эстафеты.				
	Развитие скоростно-силовых				
	способностей. Передача и ловля				
21	баскетбольного мяча.				1 // • • • • • •
31	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Техника перемещения				<u>ect/9/1/</u>
	приставным шагом в стороны,				
	вперед, назад. Серия ускорений				
2.5	на заданную дистанцию.				
32	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Развитие скоростно-силовых				ect/lesson/4078/start/3
	способностей. Передача и ловля				<u>26399/</u>
	баскетбольного мяча на месте и в				
0.5	движении.				
33	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Эстафеты с мячами. Метко в				ect/lesson/4078/start/3
	цель. Развитие координационных				<u>26399/</u>
	способностей. Стойка				
	баскетболиста.				
34	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Эстафеты с мячами. Развитие				ect/lesson/4078/start/3
	координационных способностей				<u>26399/</u>
35	Модуль «Спортивные игры». ».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Передача мяча в парах двумя				ect/lesson/4078/start/3

	руками от груди, из-за головы, одной рукой от плеча. Подвижная игра: «Попробуй-ка, поймай».				26399/
36	Модуль «Спортивные игры». Броски мяча одной и двумя руками в вертикальную цель. Подвижная игра: «Меткий стрелок».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
37	Модуль «Спортивные игры». Броски мяча одной рукой от плеча, двумя руками от груди в щит. Правила игры в баскетбол.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
38	Модуль «Спортивные игры». Пионербол. История волейбола. Правила игры. Передвижения в низкой и средней стойке.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
39	Модуль «Спортивные игры». Модуль «Подвижные и спортивные игры». Перебрасывание мяча через волейбольную сетку из-за головы. Прыжки через скакалку. Подвижная игра «Передай соседу»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
40	Модуль «Спортивные игры». Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
41	Модуль «Спортивные игры». Броски волейбольного мяча в стену и ловля после отскока. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
42	Модуль «Спортивные игры». Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости. Подбрасывание и ловля двух мячей поочередно.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/9/1/
43	Модуль «Спортивные игры». Многократное подбрасывание и отбивание мяча сверху над собой. Подвижная игра «Мяч горяч»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
44	Модуль «Спортивные игры». Техника перемещения с мячом и без мяча. Расстановка игроков на площадке. Правила игры в волейбол.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
45	Модуль «Спортивные игры». Техника нижней и верхней подачи. Постановка руки при подаче. Учебная игра в	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/

	пионербол.				
46	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Ведение футбольного мяча по				ect/lesson/4078/start/3
	заданной траектории. Удары по				<u>26399/</u>
	мячу с места внутренней частью				
	подъема.				
<u>47</u>	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Ведение футбольного мяча с				ect/9/1/
	равномерной скоростью змейкой,				
	по прямой, по кругу.				
48	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Передача и остановка мяча в				<u>ect/9/1/</u>
	парах: на месте и в движении.				
	Подвижные игры с элементами				
	футбола.		_		
49	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Удар по неподвижному				<u>ect/9/1/</u>
	футбольному мячу внутренней				
	стороной стопы с небольшого				
50	разбега в мишень.	1	0	1	1 // 1 1 / 1.
50	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Правила игры в футбол. Удары				ect/9/1/
	по воротам ранее изученными				
	спообами. Передачи в парах,				
<i>5</i> 1	тройках.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
51	Модуль «Спортивные игры».	1	U	1	ect/9/1/
	Передача мяча со сменой места, остановка мяча подошвой.				<u>CCU 37 17</u>
	Передача в одно касание.				
52	Модуль «Спортивные игры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
32	Удары в по мячу правой и левой	1			ect/lesson/4078/start/3
	ногой. Правила игры.				26399/
	Подвижные игры с элементами				
	футбола.				
53	Модуль «Лёгкая атлетика». ОРУ.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Гладкий равномерный бег по				ect/lesson/4078/start/3
	заданной дистанции.				<u>26399/</u>
	Спринтерский бег на 60м.				
	Подвижная игра «Кто быстрее»				
54	Модуль «Лёгкая атлетика».	1	0	1	 https://resh.edu.ru/subj
	Броски набивного мяча из-за				ect/lesson/4078/start/3
	головы в положении сидя и стоя				<u>26399/</u>
	на месте. Техника метания мяча с				
	разбега. Подвижная игра				
	«Попробуй попади»				
55	Модуль «Лёгкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Метание мяча в неподвижную				ect/lesson/4078/start/3
	цель с места на дальность.	4			<u>26399/</u>
56	Модуль «Лёгкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	Челночный бег 4*9м. Метание				ect/9/1/
	мяча в цель. Метание мяча на				
57	Дальность.	1	0	1	https://posh.odu.m./out.
57	Модуль «Лёгкая атлетика».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj

	Спринтерский и гладкий				ect/9/1/
	равномерный бег по учебной				<u> </u>
	дистанции; ранее разученные				
	беговые упражнения.				
58	Модуль «Лёгкая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	атлетика». Прыжковые и беговые	_			ect/9/1/
	упражнения. Прыжок в длину с				
	места. Правила развития				
	физических качеств. Зачет. Бег 30				
	M.				
59	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: освоение содержания				<u>ect/9/1/</u>
	программы, демонстрация				
	приростов в показателях				
	физической подготовленности.				
	Прыжок в длину с места.				
60	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				<u>ect/9/1/</u>
	упражнений. Наклон вперёд из				
	положения стоя на				
	гимнастической скамейке				
61	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				ect/lesson/4078/start/3 26399/
	упражнений. Сгибание и				20399/
- 62	разгибание рук в упоре лёжа	1		1	1 // 1 1 / 1.
62	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/3
	подготовка: Освоение физических				26399/
	упражнений. Упражнения на				<u>203771</u>
	мышцы брюшного пресса и				
63	спины. Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
03	подготовка: Освоение физических	1			ect/lesson/4078/start/3
	упражнений.Подтягивание на				26399/
	высокой перекладине (м.), на низкой				
	(д.)				
64	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				ect/lesson/4078/start/3
	упражнений. Бег 30м. Упражнения				<u>26399/</u>
	в равновесии.				
65	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				ect/lesson/4078/start/3
	упражнений. «Челночный бег»				<u>26399/</u>
	3х10м				
66	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj
	подготовка: Освоение физических				ect/lesson/4078/start/3 26399/
	упражнений. Сложно-				<u> 40377/</u>
	координированные прыжки				
	толчком одной ногой и двумя				
	ногами с места. Бег с поворотами				
67	и изменением направления.	1	0	1	https://work.odu.en./out.
67	Модуль Спорт» Физическая	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/3
	подготовка: Освоение физических				26399/
	упражнений. Метание малого				

	мяча на дальность. Подвижные игры.				
68	Модуль Спорт» Физическая подготовка: Освоение физических упражнений. Прыжки через скакалку. Подведение итогов.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subj ect/lesson/4078/start/3 26399/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО		68	0	66	
ПРОГРАММЕ					

VI УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

ПИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Компьютерный стол Ноутбук учителя

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Бревно гимнастическое напольное Комплект навесного оборудования Скамья атлетическая наклонная Коврик гимнастический Маты гимнастические Мяч набивной (1 кг, 2 кг)

Мяч малый (теннисный)

Скакалка гимнастическая

Палка гимнастическая

Обруч гимнастический

Сетка для переноса малых мячей

Рулетка измерительная (10 м, 50 м)

Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой

Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой

Мячи баскетбольные для мини-игры

Сетка для переноса и хранения мячей

Жилетки игровые с номерами

Стойки волейбольные универсальные

Сетка волейбольная

Мячи волейбольные

Мячи футбольные

Номера нагрудные

Насос для накачивания мячей

Аптечка медицинская

Спортивный зал игровой

Кабинет учителя

Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования

Пришкольный стадион (площадка)

Легкоатлетическая дорожка

Сектор для прыжков в длину

Игровое поле для футбола (мини-футбола)