

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Забайкальского края

Комитет образования городского округа «город Чита»

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 6»

РАССМОТРЕНА
На заседании МО

«21» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНА
зам.директора по УВР

«31» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2417963)

учебного предмета «Физическая культура»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в

раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

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

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

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

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 270 часа: в 1 классе - 66 часов (2 раза в неделю), во 2 классе - 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом, упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой, стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе, подъём ног из положения лёжа на животе, сгибание рук в положении упор лёжа, прыжки в группировке, толчком двумя ногами, прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка

Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

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

Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика

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

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

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

Плавательная подготовка.

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

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура.

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

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

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

Плавательная подготовка

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

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;

- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

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

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

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

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

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

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

- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 КЛАСС

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

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

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контраб оты	Практика боты	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/conspect/168936
Итого по разделу		0.5			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
Итого по разделу		0.5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/
1.2	Осанка человека	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12	0	12	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/conspect/326622/
2.2	Легкая атлетика	28	0	28	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/
2.3	Подвижные и спортивные игры	28	0	28	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/
Итого по разделу		68			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований	В процессе урока			https://www.gto.ru/norms

	комплекса ГТО			
Итого по разделу		-		
Общее количество часов по программе		68	0	68

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре			В процессе урока	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение			В процессе урока	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья			В процессе урока	
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки			В процессе урока	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	18		18	
2.2	Подвижные игры	17		17	
2.3	Подвижные игры на основе баскетбола	17		17	
2.4	Футбол	16		16	
Итого по разделу		68			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и	Количество часов	Электронные (цифровые)
-------	-------------------------	------------------	------------------------

	темпрограммы	Всего	Контрольные работы	Практически работы	образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре			В процессе урока	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках			В процессе урока	
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры			В процессе урока	
2.3	Физическая нагрузка			В процессе урока	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма			В процессе урока	
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика			В процессе урока	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	18		18	
2.2	Подвижные игры	17		17	
2.3	Подвижные игры на основе баскетбола	17		17	
2.4	Футбол	16		16	
Итого по разделу		68			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и темпрограммы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Конт	Практ	

			работы	работы	
Раздел 1.Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физическойкультуре	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/278909/
Итогопоразделу		0.25			
Раздел 2.Способысамостоятельнойдеятельности					
2.1	Самостоятельнаяфизическаяподготовка	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/start/194606/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/start/194606/
Итогопоразделу		0.5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительнаяфизическаякультура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	0.75	0	0.75	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4595/start/194991/
1.2	Закаливаниеорганизма	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4595/start/194991/
Итогопоразделу		1.25			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основамиакробатики	14	5	14	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/
2.2	Легкаяатлетика	23	8	23	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/
2.3	Подвижные и спортивныеигры	31	8	31	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
Итогопоразделу		68			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	В процессе урока			https://www.gto.ru/
Итогопоразделу		-			

Общее количество часов по программе	68	29	73	
-------------------------------------	----	----	----	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения	Электронныесифровыеобразовательныересурсы
		Всего	Конт работы	Практр аботы		
1	Модуль «Легкая атлетика». Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. История Всероссийскогофизкультурно - спортивного комплекса «Готов к труду и обороне). Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Обычный бег. Бег с ускорением. Развитиескоростныхкачеств.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
2	Модуль «Легкая атлетика». История лёгкой атлетики. Общепринятаятерминология и команды.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
3	Модуль «Легкая атлетика». Режим дня школьника. Виды легкой атлетики. Бег с изменением скорости и направления по сигналу	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
4	Модуль «Легкая атлетика». История древних Олимпийских игр: Кто как передвигается. Челночныйбег	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
5	Модуль «Легкая атлетика». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег в равномерном темпе.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
6	Модуль «Легкая атлетика». Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника. Комплексообщеразвивающихупражнений. Разновидностиходьбы.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
7	Модуль «Легкая атлетика». Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. Бег с ускорением. Бег 30м. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
8	Модуль «Легкая атлетика». Характеристика основных понятий: ходьба и спортивная ходьба; беговые дистанции (короткая, средняя и длинная); Освоение правил и техники выполнения	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/

	норматива комплекса ГТО				
9	Модуль «Легкая атлетика». Характеристика основных понятий: эстафета; смешанные передвижения (бег-ходьба, бег-прыжки, ходьба-прыжки).	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
10	Модуль «Легкая атлетика». Режим дня и личная гигиена. Режим дня школьника. Подвижные игры на свежем воздухе. Бег 60 м. Подвижная игра «Вызов номеров	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
11	Модуль «Легкая атлетика». Режим дня и правила его составления и соблюдения ». Развитие скоростных качеств.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
12	Модуль «Легкая атлетика». Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
13	Модуль «Легкая атлетика». Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
14	Модуль «Легкая атлетика». Бег в равномерном темпе 500 м.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
15	Модуль «Легкая атлетика». Развитие скоростно-силовых качеств	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
16	Модуль «Легкая атлетика». Челночный бег 3*10.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
17	Модуль «Легкая атлетика». Что понимается под физической культурой. Понятия, определения. Метание мяча в цель.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
18	Модуль «Легкая атлетика». Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м).	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
19	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/class/1/
20	Модуль «Подвижные игры». Техника безопасности на уроках. Знакомство с историей возникновения народных игр. Средства народной культуры. Игра «Бросай – поймай». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Передача и ловля мяча.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/

21	Модуль «Подвижные игры». Ловля и передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте. Ведение мяча на месте	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
22	Модуль «Подвижные игры». Гигиена человека. Ведение мяча на месте с поворотом. Эстафеты. Игра «Мяч в обруч».	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
23	Модуль «Подвижные игры». Обучение броскам мяча в упрощенных условиях - одной рукой.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
24	Модуль «Подвижные игры». Подводящие упражнения для 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.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
25	Модуль «Подвижные игры». Ведение мяча на месте с поворотом. Эстафеты. Игра «Мяч в обруч».	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
26	Модуль «Подвижные игры». Обучение броскам мяча в упрощенных условиях - одной рукой.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
27	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры, «гонки баскетбольных мячей», «Брось – поймай», «Кто быстрее»	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
28	Модуль «Гимнастика». Техника безопасности и гигиенические требования на уроке гимнастики. Осанка человека. Основная стойка. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Повороты в строю.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
29	Модуль «Гимнастика». Перестроение из одной шеренги в три ступами и из колонны по одному в колонну по три и четыре поворотом в движении. Упражнения на развитие гибкости	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
30	Модуль «Гимнастика» . Построение в колонну по одному , в шеренгу , в круг. Простые акробатические упражнения : упоры-присев , лежа; упор стоя на коленях; упор, лежа на бедрах; упор, сидя сзади	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
31	Модуль «Гимнастика». Построение в шеренгу, в круг. Акробатические упражнения: упоры - присев, лежа; упор стоя на коленях; упор, лежа на бедрах; упор, сидя сзади.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
32	Модуль «Гимнастика». Утренняя зарядка и физкультминутки в	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/

	режиме дня школьника. Седы - на пятках, на пятках с наклоном, углом; группировка в приседе, сидя и лёжа на спине					
33	Модуль «Гимнастика». Перестроение из 1 шеренги в 2 и обратно. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
34	Модуль «Гимнастика». Комбинация упражнений в равновесии на гимнастической скамейке. Игра «Запрещённое движение»	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
35	Модуль «Гимнастика». Ходьба в равновесии по гимнастическому бревну.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
36	Модуль «Гимнастика». Ходьба в равновесии по гимнастическому бревну.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
37	Модуль «Гимнастика». Комбинация из ранее изученных элементов.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
38	Модуль «Гимнастика». Лазание по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
39	Модуль «Гимнастика». Преодоление полосы препятствий из гимнастического оборудования. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
40	Модуль «Подвижные игры». Т/б на уроках подвижных игр	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
41	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры «К своим флажкам», «Два мороза». Эстафеты	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
42	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры «Класс, смирно!», «Октябрята». Эстафеты	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
43	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры «Два мороза», «Метко в цель»	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/
44	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры «Два мороза», «Пятнашки»	1	-	1		https://resh.edu.ru/class/1/

45	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры «Пятнашки», « К своим флажкам»	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
46	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры «Волк во рву», «Белые медведи»	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
47	Модуль «Подвижные игры». Пионербол. История волейбола.Правила игры.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
48	Модуль «Подвижные игры». Передвижения в низкой и средней стойке.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
49	Модуль «Подвижные игры». Перебрасывание мяча через волейбольную сетку из-за головы. Прыжкичерезскакалку. Подвижная-игра «Передайсоседу»	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
50	Модуль «Подвижные игры». Перебрасывание мяча через волейбольную сетку из-за головы.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
51	Модуль «Подвижные игры». Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
52	Модуль «Подвижные игры». Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
53	Модуль «Легкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Прыжок в длину с места.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
54	Модуль «Легкая атлетика». Метание малого мяча с места из положения, стоя грудью в направления метания. Развитиескоростно-силовыхспособностей. Подтягивания.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
55	Модуль «Легкая атлетика». Низкий старт. Метание малого на дальность с 2-3 шагов разбега. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
56	Модуль «Легкая атлетика». Бросок набивного мяча (до 1 кг) из положения стоя лицом в направлении метания двумя руками от груди. Бег 30 метров.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
57	Модуль «Легкая атлетика». Высокий старт. Развитиевыносливости.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/

58	Модуль «Легкая атлетика». Бег по разметкам и с выполнением заданий.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
59	Модуль «Легкая атлетика». Бег по пересечённой местности.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
60	Модуль «Легкая атлетика». Метание мяча на заданное расстояние. Бег 500 метров. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
61	Модуль «Легкая атлетика». Прыжки на заданное расстояние.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
62	Модуль «Легкая атлетика». Метание мяча в цель.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
63	Модуль «Подвижные игры». Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Ударыпомячу с места	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
64	Модуль «Подвижные игры». Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Ударыпомячу с места	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
65	Модуль «Подвижные игры». Футбол. Удары по воротам.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
66	Модуль «Подвижные игры».Передачи в парах, тройках.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
67	Модуль «Подвижные игры». Подвижные игры с элементами футбола.	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
68	Модуль «Подвижные игры».Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	-	1	https://resh.edu.ru/class/1/
Общее количество часов по программе		68	0	68	

2 КЛАСС

№ п/п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения	Электронныецифровыеобразовательныересурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Организационно- методические требования на уроках физкультуры.	1		1	4.09	
2	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега 30 метров.	1		1	6.09	
3	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега 60 метров.	1		1	11.09	
4	Бег. ОРУ. Тестирование челночного бега 3x10 метров.	1		1	13.09	
5	Бег. ОРУ. Тестирование прыжка в длину с места.	1		1	18.09	
6	Бег. ОРУ. Высокийстарт.	1		1	20.09	
7	Бег. Низкийстарт.	1		1	25.09	
8	Бег. ОРУ. Метание малого мяча.	1		1	27.09	
9	Бег. ОРУ. Метание малого мяча.	1		1	2.10	
10	Футбол. Инструктаж по Т.Б. ОРУ, Техника ведения мяча ногами.	1		1	4.10	
11	Футбол. Бег. ОРУ. Техника передачи мяча ногами.	1		1	9.10	
12	Футбол. Техника ударов по катающему мячу ногами.	1		1	11.10	
13	Футбол. Жонглированиемячомногами.	1		1	16.10	
14	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с приемом техники ведения мяча.	1		1	18.10	
15	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с	1		1	23.10	

	использованием техники передачи мяча.				
16	Футбол. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	25.10
17	Футбол. ОРУ. Игра в мини футбол с использованием техники ударов мяча.	1		1	6.11
18	Подвижные игры. Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры: "Совушка", Третий лишний.	1		1	8.11
19	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижные игры: "Совушка", "Третий лишний".	1		1	13.11
20	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Рыбак и рыбки", "У медведя во бору".	1		1	15.11
21	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. Игра "Третийлишний".	1		1	20.11
22	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра: "Гусилебеди".	1		1	22.11
23	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Воробьи-вороны".	1		1	27.11
24	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Шишки, желуди, орехи".	1		1	29.11
25	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Кот и мыши".	1		1	4.12
26	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Эстафеты. Игра "Совушка".	1		1	6.12
27	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Два мороза" "День, ночь".	1		1	11.12
28	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Воробьи, вороны ". Третий лишний.	1		1	13.12

29	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Гуси лебеди", "У медведя во бору".	1		1	18.12
30	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Рыбаки и рыбки", "Кот и мыши".	1		1	20.12
31	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Заморозки", "Салки".	1		1	25.12
32	Подвижные игры. ОРУ. строевые упражнения. Игра: "Перестрелка".	1		1	8.01
33	Подвижные игры: ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Перестрелка".	1		1	10.01
34	Подвижные игры. ОРУ. Специальные упражнения. Игра "Перестрелка".	1		1	15.01
35	Подвижные игры на основе баскетбола. Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Ловля и передача мяча от груди. Игра "Передал - садись"	1		1	17.01
36	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча от груди. Игра "Передал - садись".	1		1	22.01
37	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча из-за головы. Игра "Перестрелка".	1		1	24.01
38	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча из-за головы. Игра "Перестрелка".	1		1	29.01
39	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча правой рукой на месте. Игра "Мячсреднему".	1		1	31.01
40	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча правой рукой на месте. Игра "Мячсреднему".	1		1	5.02
41	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча левой рукой на месте. Игра "Передал - садись".	1		1	7.02

42	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча левой рукой на месте. Игра "Перестрелка".	1		1	12.02
43	Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча в кольцо. Игра "Гонка мячей по кругу".	1		1	14.02
44	Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча в кольцо. Игра "Гонка мячей по кругу".	1		1	19.02
45	Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча в кольцо. Игра "Мяч среднему".	1		1	21.02
46	Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Игра "Перестрелка".	1		1	26.02
47	Подвижные игры на основе баскетбола. ловля и передача мяча в движение. Игра "Передал - садись".	1		1	28.02
48	Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Игра "мячсреднему".	1		1	4.03
49	Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Игра "Перестрелка".	1		1	6.03
50	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча в движении. Игра "Перестрелка".	1		1	11.03
51	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча в движении. Игра "Перестрелка".	1		1	13.03
52	Легкая атлетика. Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Бегпопересеченнойместности.	1		1	25.03
53	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега 30 метров.	1		1	27.03
54	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега 60 метров.	1		1	1.04
55	Бег. ОРУ. Тестирование челночного бега 3x10 метров.	1		1	3.04

56	Бег. ОРУ. Тестирование прыжка в длину с места.	1		1	8.04	
57	Бег. ОРУ. Высокий старт.	1		1	10.04	
58	Бег. ОРУ. Низкий старт.	1		1	15.04	
59	Бег. ОРУ. Метание малого мяча.	1		1	17.04	
60	Футбол. Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Техника ведения мяча ногами.	1		1	22.04	
61	Футбол. Бег. ОРУ. Техника ведения мяча ногами.	1		1	24.04	
62	Футбол. Бег. ОРУ. Техника ударов по катающему мячу ногами.	1		1	29.04	
63	Футбол. Бег. ОРУ. Жонглирование мячом ногами.	1		1	6.05	
64	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с приемом техники ведения мяча.	1		1	8.05	
65	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	13.05	
66	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием передачи мяча.	1		1	15.05	
67	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	20.05	
68	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники ударов мяча.	1		1	22.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

3 КЛАСС

№ п/ п	Темаурока	Количествочасов			Датаизуче ния	Электронныецифровыеобразователь ныересурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Организационно-методические требования на уроках физкультуры. Бег по пересеченной местности. ОРУ.	1		1	1.09	
2	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега 30 метров.	1		1	5.09	
3	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега 60 метров.	1		1	8.09	
4	Бег. ОРУ. Тестирование челночного бега 3x10 метров.	1		1	12.09	
5	Бег. ОРУ. Тестирование прыжка в длину с места.	1		1	15.09	
6	Бег. ОРУ. Высокий старт.	1		1	19.09	

7	Бег. ОРУ. Низкий старт.	1		1	22.09	
8	Бег. ОРУ. Метание малого мяча.	1		1	26.09	
9	Бег. ОРУ. Метание малого мяча.	1		1	29.09	
10	Футбол. Инструктаж по Т.Б. Бег. ОРУ. Техника ведения мяча ногами.	1		1	3.10	
11	Футбол. Бег. ОРУ. Техника передачи мяча ногами.	1		1	6.10	
12	Футбол. Бег. ОРУ. Техника ударов по катающему мячу ногами.	1		1	10.10	
13	Футбол. Бег. ОРУ. Жонглирование мячом ногами.	1		1	13.10	
14	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с приемом техники ведения мяча.	1		1	17.10	
15	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи	1		1	20.10	

	мяча.					
16	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	24.10	
17	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини- футбол с использованием техники ударов мяча.	1		1	27.10	
18	Подвижные игры. Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Рыбаки и рыбки", "У медведя во бору".	1		1	7.11	
19	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Третий лишний", "Совушка".	1		1	10.11	
20	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Перестрелка".	1		1	14.11	
21	Подвижные игры. ОРУ. Строевые	1		1	17.11	

	упражнения. Игры "Рыбаки и рыбки".					
22	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Воробьи - вороны", "Два мороза".	1		1	21.11	
23	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Шишки, желуди, орехи", "Кот и мыши".	1		1	24.11	
24	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "У медведя во бору", "Салки".	1		1	28.11	
25	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра "Перестрелка".	1		1	1.12	
26	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Третийлишний", "Салки".	1		1	5.12	
27	Подвижные игры. ОРУ. Строевые	1		1	8.12	

	упражнения. Игры: "Шишки, желуди, орехи".				
28	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Подвижная игра : "Гуси-лебеди".	1		1	12.12
29	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Заморозки", "День- ночь".	1		1	15.12
30	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Воробьи-вороны", "Кот и мыши".	1		1	19.12
31	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "У медведя во бору", "Третий лишний".	1		1	22.12
32	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игра: "Перестрелка".	1		1	26.12
33	Подвижные игры. ОРУ. Строевые	1		1	9.01

	упражнения. ОРУ. Игры: "День-ночь", "Заморозки".				
34	Подвижные игры. ОРУ. Строевые упражнения. Игры: "Совушка", "рыбаки и рыбки".	1		1	12.01
35	Подвижные игры на основе баскетбола. инструктаж по Т.Б. ОРУ. Ловля и передача мяча от груди. Игра: "Передал-садись".	1		1	16.01
36	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча от груди. Игра: "передал-садись".	1		1	19.01
37	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча из-за головы. Эстафеты.	1		1	23.01
38	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и	1		1	26.01

	передача мяча из-за головы. Игра "Перестрелка".					
39	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ведение мяча правой рукой на месте. Игра "Мячсреднему".	1		1	30.01	
40	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ведение мяча правой рукой на месте. Игра "Пионербол".	1		1	2.02	
41	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ведение мяча левой рукой на месте. Игра "Пионербол".	1		1	6.02	
42	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ведение левой рукой на месте. Игра "Пионербол"	1		1	9.02	
43	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Бросок мяча в	1		1	13.02	

	кольцо. Игра "Гонка мячей по кругу".					
44	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Бросок мяча в кольцо. Игра "Мячсреднему".	1		1	16.02	
45	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Бросок мяча в кольцо. Игра "Пионербол".	1		1	20.02	
46	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Игра "Пионербол".	1		1	27.02	
47	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Игра "Передал-садись".	1		1	1.03	
48	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Игра	1		1	5.03	

	"Гонка мячей по кругу".				
49	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Передача мяча в движении. Игра "Пионербол".	1		1	12.03
50	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ведение мяча в движении. Игра "Пионербол".	1		1	15.03
51	Подвижные игры на основе баскетбола. ОРУ. Ведение мяча в движении. Игра "Пионербол".	1		1	26.03
52	Легкая атлетика. Инструктаж по Т.Б. Бег по пересеченной местности. ОРУ.	1		1	29.03
53	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега на 30 метров.	1		1	2.04
54	Спринтерский бег. ОРУ. Тестирование бега на 60 метров.	1		1	5.04
55	Бег. ОРУ. Тестирование бега	1		1	9.04

	3x10 метров.				
56	Бег. ОРУ. Тестирование прыжка в длину с места.	1		1	12.04
57	Бег. ОРУ. Высокий старт.	1		1	16.04
58	Бег. ОРУ. Низкий старт.	1		1	19.04
59	Бег. ОРУ. Метание малого мяча.	1		1	23.04
60	Футбол. Инструктаж по Т.Б. Бег. ОРУ. Техника ведения мяча ногами.	1		1	26.04
61	Футбол. Бег. ОРУ. Техника ведения мяча ногами.	1		1	30.04
62	Футбол. Бег. ОРУ. Техника ударов по катающему мячу.	1		1	3.05
63	Футбол. Бег. ОРУ. Жонглирование мячом ногами.	1		1	7.05
64	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с приемом техники ведения мяча.	1		1	10.05

65	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	14.05	
66	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	17.05	
67	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники передачи мяча.	1		1	21.05	
68	Футбол. Бег. ОРУ. Игра в мини-футбол с использованием техники ударов мяча	1		1	24.05	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения	Электронныецифровыеобразовательныересурсы
		Всего	Контр работы	Практ работы		
1	Модуль «Лёгкая атлетика». Из истории развития физической культуры в России. Техника безопасности на уроках физической культуры.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4

2	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
3	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
4	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
5	Модуль «Лёгкая атлетика». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
6	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника прыжков в длину с места	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
7	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжки в длину с места на результат. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
8	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника метания малого мяча на дальность.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
9	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника метания малого мяча на дальность на результат. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
10	Модуль «Лёгкая атлетика». Непрерывный бег. Развитие выносливости.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
11	Модуль «Лёгкая атлетика». Непрерывный бег. Развитие выносливости.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
12	Модуль «Лёгкая атлетика». 1000 м без учета времени.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
13	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника эстафетного бега.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
14	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника эстафетного бега.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4

15	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Техника безопасности на уроках. Стойка, передвижения, повороты на месте	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
16	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Техника ведения мяча на месте.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
17	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Техника ведения мяча на месте на результат.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
18	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Техника ведения мяча в движении.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
19	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Техника ведения мяча в движении.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
20	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
21	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1		1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
22	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
23	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4

	упражнений.					
24	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
25	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
26	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
27	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
28	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Знакомство с рекомендациями учителя по распределению упражнений в комбинации ритмической гимнастики и подборе музыкального сопровождения.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
29	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Опорный прыжок.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
30	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Опорный прыжок.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
31	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Техника лазания по канату.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
32	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Техника лазания по канату.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
33	Модуль «Гимнастика с основами акробатики». Техника лазания по канату. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4

34	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Техника безопасности на уроках. Подвижные игры «Волк во рву», «Белые медведи»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
35	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Волк во рву», «Белые медведи»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
36	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Белые медведи», Два мороза»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
37	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Заря», «День и ночь»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
38	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Заря», «День и ночь»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
39	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Салки», «Удочка»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
40	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Вороной конь», «Кто быстрее»	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
41	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Вороной конь», «Кто быстрее»	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
42	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Подвижные игры «Ловишка», Эстафеты с мячом	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
43	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
44	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Ходьба и бег с выполнением заданий по сигналу. Стойка игрока и перемещения.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
45	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Стойка игрока и перемещения.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
46	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Передача	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4

	мяча сверху двумя руками.					
47	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Передача мяча сверху двумя руками – на результат.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
48	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Передача мяча сверху двумя руками с 3 метровой линии.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
49	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Передача мяча сверху двумя руками с 3 метровой линии.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
50	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Технические действия игры в волейбол	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
51	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Технические действия игры в волейбол	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
52	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
53	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
54	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
55	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
56	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника бега на короткие дистанции. Беговые упражнения.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
57	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника бега на короткие дистанции. Беговые упражнения. Зачет. Бег 60 м.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
58	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
59	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения:	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4

	прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места на результат.					
60	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
61	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега на результат.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
62	Модуль «Лёгкая атлетика». Непрерывный бег.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
63	Модуль «Лёгкая атлетика». Непрерывный бег. 1000 м. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
64	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега в футболе.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
65	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега в футболе.	1	1	-		https://resh.edu.ru/subject/9/4
66	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в передаче мяча в футболе.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
67	Модуль «Подвижные и спортивные игры». Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов мяча его ведении в футболе.	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	-	1		https://resh.edu.ru/subject/9/4
	Общее количество часов по программе	68		68		

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

Матвеев А.П. Физическая культура. 1-4 классы	АО «Издательство «Просвещение», 14 изд, переработанное	Приказ Минпросвещения РФ от 21.09.2022 № 858
--	--	---

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ