

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**

**Управление образования Администрации г. Ижевска**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение**

**«Школа «Липовая роща»**

**РАССМОТРЕНО**

Методическим

объединением<sup>4</sup> учителей<sup>4</sup>

Протокол № 1 от 28.08.2023

**УТВЕРЖДЕНО**

Директором школы

Ильясова Д.Р.

Приказ № 163 от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 3162047)

**учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)**

для обучающихся 1 – 4 классов

**г Ижевск 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, 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 – 371 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **1 КЛАСС**

#### *Знания о физической культуре*

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

#### *Способы самостоятельной деятельности*

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

#### *Физическое совершенствование*

#### *Оздоровительная физическая культура*

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

## *Спортивно-оздоровительная физическая культура*

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

### Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

### Лыжная подготовка

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

### Лёгкая атлетика

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

### Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

## *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 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.

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

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



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

#### Лёгкая атлетика

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

#### Лыжная подготовка

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

#### 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. 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.

### 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, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

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

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **1 КЛАСС**

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

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



- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

## 2 КЛАСС

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

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- – выполнять упражнения на развитие физических качеств.

## 3 КЛАСС

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

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и 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);
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- 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	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	6	0	1	<a href="http://www.school.edu">www.school.edu</a> <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> презентации
Итого по разделу		6			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Режим дня школьника	1	0	0	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> <a href="https://easyen.ru">https://easyen.ru</a> презентации.
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Гигиена человека	1	0	0	Поле д <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> <a href="https://easyen.ru">https://easyen.ru</a> презентации.
1.2	Осанка человека	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/презентация">https://resh.edu.ru/subject/9/1/презентация</a>
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/презентация">https://resh.edu.ru/subject/9/1/презентация</a>
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/Презентации">https://resh.edu.ru/subject/9/1/Презентации</a>
2.2	Лыжная подготовка	12	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/Презентации">https://resh.edu.ru/subject/9/1/Презентации</a>
2.3	Легкая атлетика	18	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/Презентации">https://resh.edu.ru/subject/9/1/Презентации</a>
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	0	0	<a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> "Сеть творческих учителей"
Итого по разделу		63			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	0	0	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
Итого по разделу		26			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		99	0	1	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	<a href="http://www.school.edu">www.school.edu</a> <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	0	<a href="http://www.school.edu">www.school.edu</a> <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
Итого по разделу		9			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	0	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
2.2	Лыжная подготовка	12	0	0	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a>
2.3	Легкая атлетика	18	0	0	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
2.4	Подвижные игры	15	0	0	<a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> "Сеть творческих учителей"

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Итого по разделу		59			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	0	0	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	0	0	<a href="http://www.school.edu">www.school.edu</a> <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> презентации
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	0	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> <a href="https://easyen.ru">https://easyen.ru</a> презентации.
2.3	Физическая нагрузка	2	0	0	<a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> <a href="https://easyen.ru">https://easyen.ru</a> презентации.
Итого по разделу		4			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Закаливание организма	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a> .
2.2	Легкая атлетика	17	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a> .
2.3	Лыжная подготовка	14	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
2.4	Плавательная подготовка	0	0	0	Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	21	0	0	<a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> "Сеть творческих учителей"
Итого по разделу		66			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	0	0	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	презентация по теме "Физическая культура" презентация "История ГТО"
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	0	0	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
Итого по разделу		5			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	0	<a href="http://www.school.edu">www.school.edu</a> <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> презентации
1.2	Закаливание организма	1	0	0	<a href="http://www.school.edu">www.school.edu</a> <a href="http://www.edu.ru/">http://www.edu.ru/</a> презентации
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	8	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
2.2	Легкая атлетика	10	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a> .
2.3	Лыжная подготовка	13	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
2.4	Плавательная подготовка	0	0	0	Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	16	0	0	<a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> "Сеть творческих учителей"
Итого по разделу		47			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	12	0	0	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
Итого по разделу		12			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**1 КЛАСС**

№	Тема урока	Количество часов	Дата	Электронные цифровые
---	------------	------------------	------	----------------------



п/п		Всего	Контрольные работы	Практические работы	изучения	образовательные ресурсы
1	Вводный. Что такое физическая культура. Инструктаж ТБ. Построение в шеренгу, колонну.	1	0	0	05.09.2023	Презентация
2	Выполнение команд "Равняйсь", "Смирно". Ходьба под счет. Ходьба на носках и на пятках. Обычный бег. Бег с ускорением. Подвижная игра "По местам". ОРУ типа "Зарядка"	1	0	0	06.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/П">https://resh.edu.ru/subject/9/1/П</a>
3	Выполнение команд "Равняйсь", "Смирно". Тема «Способы передвижения человека». Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. Обычный бег. Бег 30 м. на время. Подвижная игра "По местам". ОРУ типа "Зарядка" Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	0	0	07.09.2023	Презентация
4	Челночный бег с кубиками. Ходьба и бег с различным положением рук. Подвижная игра "Ловишки". ОРУ в движении. Личная гигиена.	1	0	0	12.09.2023	Презентация
5	Осанка человека. Упражнения для осанки. Челночный бег. Разновидности ходьбы ( с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени). Подвижная игра "Третий лишний". ОРУ в движении.	1	0	0	13.09.2023	Презентация
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника. Разновидности ходьбы ( с высоким подниманием бедра, захлестыванием голени). Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Подвижная игра "Цапля на болоте". ОРУ в движении.	1	0	0	14.09.2023	Презентация
7	Разновидности ходьбы ( приставной шагом правым, левым боком). Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. Подвижная игра "Зайцы в огороде". ОРУ у гимнастической стенки.	1	0	0	19.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/тестовое задание">https://resh.edu.ru/subject/9/1/тестовое задание</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
8	Разновидности ходьбы ( приставной шагом правым, левым боком).Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ у гимнастической стенки.	1	0	0	20.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/текущий">https://resh.edu.ru/subject/9/1/текущий</a>
9	Разновидности ходьбы ( приставным шагом вперед). Метание малого мяча из положения стоя. ОРУ с малым мячом. Подвижная игра "К своим флажкам".	1	0	0	21.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/текущий">https://resh.edu.ru/subject/9/1/текущий</a>
10	Метание малого мяча из положения, стоя грудью в направлении метания на заданное расстояние. ОРУ с малым мячом. Подвижная игра "Попади в мяч". Учимся гимнастическим упражнениям	1	0	0	26.09.2023	Презентация
11	Метание малого мяча из положения, стоя грудью в направлении метания на заданное расстояние. ОРУ с малым мячом. Подвижная игра "Подвижная цель "	1	0	0	27.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
12	Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Понятие "Темп передвижения". ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра " Догони соперника".	1	0	0	28.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
13	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 3 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра- эстафета.	1	0	0	03.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
14	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 4 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра- эстафета.	1	0	1	04.10.2023	презентация
15	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 4 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ в парах. Подвижная игра "Ловишки". Понятие	1	0	0	05.10.2023	презентация

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	"скорость бега". Способы построения и повороты стоя на месте					
16	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ в парах. Подвижная игра " Шишки, желуди, орехи"	1	0	0	10.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
17	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ в парах. Понятие "Здоровье". Подвижная игра "Невод".	1	0	0	11.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
18	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 6 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба).ОРУ со скакалкой. Подвижная игра "Невод".	1	0	0	12.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
19	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 6 мин. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ со скакалкой. Подвижная игра " Вызов номеров".	1	0	0	17.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе. Учет - выносливость. ОРУ со скакалкой. Понятие "Физическое качество"	1	0	0	18.10.2023	презентация
21	Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания. Работа с мячом: ловля и передача мяча в парах. П\и «Мяч водящему». ОРУ С большим мячом. Подъем ног из положения лежа на животе	1	0	0	19.10.2023	презентация
22	Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания. Работа с мячом: ловля и передача мяча в парах. П\и «Мяч водящему». ОРУ С большим мячом. Сгибание рук в положении	1	0	0	24.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	упор лежа					
23	Работа с мячом: ловля и передача мяча в парах. П\и «Мяч водящему». ОРУ С большим мячом.	1	0	0	25.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
24	Проверка теоретических знаний по теме "Физическая культура". Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	0	0	26.10.2023	работа с карточками
25	"Значение утренней зарядки". Разучивание КУГ. Подвижные игры по выбору детей.	1	0	0	07.11.2023	презентация
26	Работа с мячом: ловля и передача мяча в парах; ведение мяча на месте. П/и «Горячая картошка». КУГ.	1	0	0	08.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
27	Работа с мячом: ловля и передача мяча в парах; ведение мяча на месте и в движении. П\и «Горячая картошка». ОРУ в парах с мячом.	1	0	0	09.11.2023	презентация
28	Инструктаж по ОТ на уроке гимнастики. Основные виды гимнастических стоек, упоров. КУ "Стрейчинг". Понятие "Гибкость". Выполнение поворотов на месте.	1	0	0	14.11.2023	презентация
29	Гимнастика с основами акробатики: группировка. Тема «Правила дыхания во время физической нагрузки». КУ "Стрейчинг". Размыкание в шеренге. Повороты на месте.	1	0	0	15.11.2023	Презентация
30	Гимнастика с основами акробатики: группировка, перекаты назад вперед в группировке. КУ "Стрейчинг". Подвижная игра "Альпинисты". Размыкание в шеренге.	1	0	0	16.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
31	Гимнастика с основами акробатики: группировка,	1	0	0	21.11.2023	Презентация

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	перекаты назад вперед в группировке. Тема «Режим дня». П/и «Не урони мешочек». Размыкание в колонне. КУ на гибкость.					
32	Гимнастика с основами акробатики: группировка, перекаты назад вперед в группировке. Упражнения в равновесии. П/и «Ехала машина». Перестроение из шеренги в круг. КУ на гибкость.	1	0	0	22.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
33	Гимнастика с основами акробатики: перекаты на спину из положения, лежа на животе. Упражнения в равновесии. П/и «Вызов номеров». КУ на гибкость. Перестроение из шеренги в круг. Наклон вперед из положения стоя на скамейке.	1	0	0	23.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
34	Гимнастика с основами акробатики: перекаты на спину из положения, лежа на животе. Упражнения в равновесии. П/и «Река- ров». КУ с длинной скакалкой. Перестроение в две шеренги из одной по расчету.	1	0	0	28.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
35	Гимнастика с основами акробатики: перекаты на спину из положения, лежа на животе. Упражнения в равновесии. Сгибание рук в упоре лежа. Эстафеты. КУ с длинной скакалкой. Перестроение из одной шеренги в две по расчету.	1	0	0	29.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
36	Лазание по гимнастической стенке в горизонтальном направлении. Упражнения в равновесии. П/и «Река- ров». КУ с длинной скакалкой. Перестроение из одной шеренги в две "уступом".	1	0	0	30.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
37	Понятие "Режим дня". Лазание по гимнастической стенке в горизонтальном направлении. Ползание	1	0	0	05.12.2023	презентация

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	бокком. Подъем туловища из положения, лежа на спине. КУ на гимнастической скамейке. Перестроение из одной шеренги в две "уступом". Чем отличается ходьба от бега					
38	Понятие "Равновесие". Лазание по гимнастической стенке в горизонтальном направлении. Ползание бокком, на спине П/и «Альпинисты», эстафеты. КУ на гимнастической скамейке. Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	0	0	06.12.2023	презентация
39	Гимнастические (прыжковые) упражнения прикладного характера. Эстафеты. КУ в парах. Повторение элементов строя (разученных ранее).	1	0	0	07.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
40	Полоса препятствий с элементами лазания, переползания и перелезания. «Осанка. Основные признаки правильной и неправильной осанки»	1	0	0	12.12.2023	Презентация
41	Проверка теоретических знаний по теме "Гимнастика"	1	0	0	13.12.2023	тестовые задания
42	Подготовка к ГТО. История ГТО. Спортивные нормативы. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	0	14.12.2023	Презентация
43	Подготовка к ГТО. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью. Круговая тренировка	1	0	0	19.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
44	Подготовка к ГТО. Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения. Круговая тренировка	1	0	0	20.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
45	Подготовка к ГТО. Обучение равномерному бегу в	1	0	0	21.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	колонне по одному с разной скоростью передвижения. Круговая тренировка					
46	Подготовка к ГТО. Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой. Работа по станциям	1	0	0	26.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
47	Подготовка к ГТО. Правила выполнения прыжка в длину с места	1	0	0	27.12.2023	презентация
48	Разучивание КУГ (для выполнения во время каникул). Подвижные игры по выбору детей.	1	0	0	28.12.2023	Тестовые задания
49	Инструктаж по ОТ на уроке лыжной подготовки. "Температурный режим занятий на лыжах»; «Переохлаждение и его предупреждение». Переноска лыж. Построение с лыжами в руках. Надевание лыж.	1	0	0	09.01.2024	Презентация
50	Лыжная подготовка: ступающий шаг. Построение с лыжами в руках. Надевание лыж. «Правильное дыхание при ходьбе на лыжах». Скользящий шаг. КУ "Школа лыжника ".	1	0	0	10.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
51	Подготовка к ГТО. Обучение прыжку в длину с места в полной координации. Специальные прыжковые упражнения.	1	0	0	11.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
52	Лыжная подготовка: скользящий шаг. КУ "Школа лыжника ".	1	0	0	16.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
53	Лыжная подготовка: скользящий шаг (без палок). Подъем наискось. Эстафета с этапом 50м.	1	0	0	17.01.2024	презентация
54	Подготовка к ГТО. Разучивание выполнения прыжка в длину с места. Специальные прыжковые упражнения	1	0	0	18.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
55	Лыжная подготовка: скользящий шаг ( без палок). Подъем наискось, спуск. П/и «Ворота».	1	0	0	23.01.2024	презентация
56	Лыжная подготовка: скользящий шаг ( без палок). Подъем наискось, спуск. П/и «Ворота».	1	0	0	24.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
57	Подготовка к ГТО. Силовая подготовка.	1	0	0	25.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
58	Лыжная подготовка: скользящий шаг с палками. Подъем наискось. Спуск со склона. Эстафета с этапом 25 м.	1	0	0	30.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
59	Лыжная подготовка: скользящий шаг с палками. Подъем наискось. Спуск со склона. Эстафета с этапом 25 м.	1	0	0	31.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
60	Подготовка к ГТО. Силовая подготовка	1	0	0	01.02.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
61	Лыжная подготовка: передвижение по учебной лыжне скользящим ходом с палками. Подъем и спуск с небольшого уклона. Игра "Самый быстрый"	1	0	0	06.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
62	Лыжная подготовка: передвижение по учебной лыжне скользящим ходом с палками. Подъем и спуск с небольшого уклона. Игра "Самый быстрый"	1	0	0	07.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
63	Подготовка к ГТО. Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	0	08.02.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
64	Лыжная подготовка: свободное катание. Подвижные игры на лыжах.	1	0	0	13.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
65	Лыжная подготовка: свободное катание. Подвижные игры на лыжах.	1	0	0	14.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
66	Подготовка к ГТО. Отработка техники метания в цель	1	0	0	15.02.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>



№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
67	Считалки для подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	0	0	27.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
68	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	0	28.02.2024	Презентация
69	Обучение способов организации игровых площадок. Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	0	29.02.2024	Презентация
70	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	0	05.03.2024	текущий
71	Разучивание подвижной игры «Снайпер»	1	0	0	06.03.2024	презентация
72	Разучивание подвижной игры «Снайпер»	1	0	0	07.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
73	Разучивание подвижной игры «Снайпер»	1	0	0	12.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
74	проверка теоретических знаний по теме : "ГТО – что это такое? История ГТО.", "ТБ на уроке лыжной подготовки"	1	0	0	13.03.2024	тестовые задания
75	Подведение итогов за четверть. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	14.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1/">https://resh.edu.ru/subject/9/1/</a>
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	0	26.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	0	27.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	0	0	28.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	0	0	02.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча 150г на дальность. Подвижные игры	1	0	0	03.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча на дальность. Подвижные игры	1	0	0	04.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры	1	0	0	09.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры	1	0	0	10.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	0	0	11.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	0	0	16.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	0	17.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	0	18.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения	1	0	0	23.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	лежа на спине. Подвижные игры					
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	24.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	0	0	25.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	0	0	02.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	07.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	08.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	14.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	15.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	0	0	16.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные	1	0	0	21.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	игры					
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0	0	22.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0	0	23.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>99</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	1.Инструктаж по ОТ на уроке физической культуры. Прыжок в длину с места. Бег по прямой. Понятие «Физическая культура»	1	0	0	04.09.2023	Презентация
2	Зарождение Олимпийских игр.История подвижных игр и соревнований у древних народов.	1	0	0	05.09.2023	презентация
3	Прыжки в длину с места. Прямолинейный бег. Челночный бег с кубиками. Современные Олимпийские игры	1	0	0	07.09.2023	презентация
4	Прыжки в длину с места. Прямолинейный бег. Учет – бег 30м. «К своим флажкам»	1	0	0	11.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
5	Физическое развитие. Физические качества	1	0	0	12.09.2023	Презентация
6	Сила как физическое качество. Техника прыжка в длину с места.	1	0	0	14.09.2023	Презентация
7	Быстрота как физическое качество. Челночный бег	1	0	0	18.09.2023	Презентация

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	3x10м.					
8	Выносливость как физическое качество. Закаливание организма.	1	0	0	19.09.2023	Презентация
9	Гибкость как физическое качество. Техника медленного бега. Учет –гибкость.	1	0	0	21.09.2023	Презентация
10	Развитие координации движений. Техника медленного бега. Силовая подготовка. Учет 6-мин. бег.	1	0	0	25.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
11	Дневник наблюдения по физической культуре	1	0	0	26.09.2023	Презентация
12	Беговые упражнения. Учет - подтягивание.	1	0	0	28.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
13	Элементы спортивной игры баскетбол.	1	0	0	02.10.2023	Презентация
14	Утренняя зарядка. Элементы спортивной игры баскетбол - ведение на месте.	1	0	0	03.10.2023	Презентация
15	Составление комплекса утренней зарядки. Метание в цель. Передача, ловля, ведение мяча.	1	0	0	05.10.2023	Презентация
16	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр.	1	0	0	09.10.2023	Презентация
17	Обучение способов организации игровых площадок. Строевые упражнения и команды	1	0	0	10.10.2023	Презентация
18	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр. Строевые упражнения и команды	1	0	0	12.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
19	Обучение способов организации игровых площадок. Подвижные игры с мячом	1	0	0	16.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
20	Элементы баскетбола. Полоса препятствий (элементы метания). Прыжковые упражнения	1	0	0	17.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
21	Полоса препятствий (элементы л/а, метания). Гимнастическая разминка	1	0	0	19.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
22	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	23.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
23	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	24.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
24	Теоретический опрос по темам четверти. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	26.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
25	Техника безопасности на уроке гимнастики. Виды исходных положений. Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	0	07.11.2023	Презентация
26	Подготовка к ГТО. Упражнения с гантелями. Силовая подготовка.	1	0	0	09.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
27	Упражнения с гимнастическим мячом. Положение "упор присев". Группировка из положения «упор присев».	1	0	0	13.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
28	Танцевальные гимнастические движения. Группировка. Стойка на лопатках	1	0	0	14.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
29	Подготовка к ГТО. Силовая подготовка	1	0	0	16.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
30	Перекаты назад -вперед в группировке. Стойка на лопатках.	1	0	0	20.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
31	Перекаты назад - вперед в группировке.	1	0	0	21.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
32	Подготовка к ГТО. Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	0	23.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
33	Перекаты в сторону.	1	0	0	27.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
34	Перекат вперед из стойки на лопатках. Равновесие.	1	0	0	28.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
35	Подготовка к ГТО. Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	0	30.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
36	Равновесие. Полоса препятствий	1	0	0	04.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
37	Упражнения в равновесии. Полоса препятствий.	1	0	0	05.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
38	Подготовка к ГТО. Упражнения на укрепление брюшного пресса	1	0	0	07.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
39	Упражнения в равновесии. Полоса препятствий.	1	0	0	11.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
40	Преодоление полосы препятствий с элементами равновесия и акробатики.	1	0	0	12.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
41	Подготовка к ГТО. Упражнения на укрепление брюшного пресса	1	0	0	14.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
42	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	18.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
43	Игры с мячом.Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	0	19.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
44	Подготовка к ГТО. Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	0	21.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
45	Подвижные игры	1	0	0	25.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
46	Теоретический тест по теме "Гимнастика. Прикладная гимнастика"	1	0	0	26.12.2023	<a href="http://www.it-n.ru">www.it-n.ru</a> "Сеть творческих учителей"
47	Подведение итогов за четверть. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	28.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
48	Техника безопасности на уроке лыжной подготовки."Школа лыжника"	1	0	0	09.01.2024	Презентация
49	Виды передвижения по лыжне ( ступающий, скользящий)	1	0	0	11.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
50	Бег с поворотами и изменением направления	1	0	0	15.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
51	Повороты переступанием. Скользящий шаг.	1	0	0	16.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
52	Повороты переступанием. Скользящий шаг	1	0	0	18.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
53	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	0	22.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
54	Низкая стойка лыжника во время движения.Скользящий шаг	1	0	0	23.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
55	Подъем наискось. Спуск в низкой стойке. Эстафета	1	0	0	25.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	0	29.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
57	Подъем ,спуск в низкой стойке лыжника. Передвижение скользящим шагом	1	0	0	30.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
58	Подъем лесенкой, спуск . Игра " Не урони"	1	0	0	01.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	0	05.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
60	Передвижение скользящим шагом. Подъемы, спуски	1	0	0	06.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
61	Биатлон (игра-соревнование)	1	0	0	08.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	0	12.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
63	Освоение правил и техники выполнения норматива ГТО. Бег на лыжах 1 км.	1	0	0	13.02.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
64	Освоение правил и техники выполнения норматива ГТО. Бег на лыжах 1 км	1	0	0	15.02.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	0	19.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	0	20.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	0	22.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	0	26.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
69	Футбольный бильярд	1	0	0	27.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
70	Футбольный бильярд	1	0	0	29.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
71	Бросок ногой	1	0	0	04.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
72	Бросок ногой	1	0	0	05.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
73	Подвижные игры	1	0	0	07.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
74	Подвижные игры	1	0	0	11.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
75	Проверка теоретических знаний по теме "Лыжная подготовка", "Подвижные игры"	1	0	0	12.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>



№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
76	Подведение итогов . Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	14.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
77	Укрепление здоровья через ВФСК ГТО. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	25.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	26.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	0	28.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	0	01.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	0	02.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	0	04.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча 150г на дальность. Эстафеты	1	0	0	08.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча 150г на дальность. Эстафеты	1	0	0	09.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	0	11.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
86	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	0	0	15.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	16.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	18.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	22.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	23.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	25.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	02.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	06.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	07.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	13.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	14.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	16.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	20.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
99	Проверка теоретических знаний по предмету Физическая культура	1	0	0	21.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2/">https://resh.edu.ru/subject/9/2/</a>
100	"Праздник ГТО" Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	0	23.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	0	27.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
102	Подведение итогов. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	28.05.2024	текущий
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>102</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое Физическая культура. Физическая культура у древних народов. Техника безопасности на уроке	1	0	0	05.09.2023	презентация

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
2	История появления современного спорта. "Легкая атлетика - королева спорта"	1	0	0	06.09.2023	Презентация
3	Виды физических упражнений. Бег с ускорением на короткие дистанции. Бег 30м	1	0	0	07.09.2023	презентация
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой. Челночный бег 3x10	1	0	0	12.09.2023	Презентация
5	Дозировка физических нагрузок. Бег 1 км	1	0	0	13.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств. Прыжки в длину с места	1	0	0	14.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
7	Закаливание организма под душем. Броски набивного мяча	1	0	0	19.09.2023	Презентация
8	Дыхательная и зрительная гимнастика. Техника метания с места	1	0	0	20.09.2023	презентация
9	Строевые команды и упражнения. Техника метания с места	1	0	0	21.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
10	Строевые команды и упражнения. Техника прыжка в длину с разбега	1	0	0	26.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
11	Техника низкого старта	1	0	0	27.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
12	Техника низкого старта	1	0	0	28.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
13	Подготовка к ГТО. Силовая подготовка	1	0	0	03.10.2023	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
14	Подготовка к ГТО. Подтягивание на перекладине.	1	0	0	04.10.2023	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
15	Подготовка к ГТО. Упражнения на развитие гибкости	1	0	0	05.10.2023	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
16	Подготовка к ГТО. Тест на гибкость	1	0	0	10.10.2023	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
17	Спортивная игра "Баскетбол"( правила, разметка). Прыжки через короткую скакалку.	1	0	0	11.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
18	Элементы баскетбола - ведение мяча, передача и ловля.Прыжки через короткую скакалку	1	0	0	12.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
19	Элементы баскетбола - ведение, передача и ловля мяча.Эстафеты с мячом	1	0	0	17.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
20	Элементы баскетбола - ведение в шаге, передача мяча в движении. Эстафеты с мячом	1	0	0	18.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
21	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	0	0	19.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
22	Подвижные игры с элементами баскетбола	1	0	0	24.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
23	Проверка теоретических знаний по теме "Физическая культура", "Баскетбол", "История ГТО"	1	0	0	25.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
24	Подведение итогов за четверть. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	26.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
25	Техника безопасности на уроке гимнастики. Виды гимнастики	1	0	0	07.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
26	Перекаты назад-вперед в группировке. Перекат назад в стойку на лопатках , согнув ноги	1	0	0	08.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
27	Стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок вперед	1	0	0	09.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
28	Стойка на лопатках прогнувшись, кувырок вперед	1	0	0	14.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
29	Кувырок вперед, кувырок назад. Страховка	1	0	0	15.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
30	Кувырок назад, страховка. Упражнение "Мост"	1	0	0	16.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
31	Акробатическое соединение	1	0	0	21.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
32	Акробатическое соединение	1	0	0	22.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
33	Акробатическое соединение. Лазание по гимнастической стенке	1	0	0	23.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
34	Упражнения в равновесии. Лазание по гимнастической	1	0	0	28.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	стенке					
35	Упражнения в равновесии. Висы и упоры на перекладине	1	0	0	29.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
36	Упражнения в равновесии Висы и упоры на перекладине	1	0	0	30.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
37	Лазание по канату	1	0	0	05.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
38	Лазание по канату	1	0	0	06.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
39	Подвижная игра "Снайпер"	1	0	0	07.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
40	Подвижная игра "Снайпер"	1	0	0	12.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
41	Подвижная игра "Снайпер"	1	0	0	13.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
42	Подвижная игра "Снайпер"	1	0	0	14.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
43	Подвижная игра "Пионербол"	1	0	0	19.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
44	Подвижная игра "Пионербол"	1	0	0	20.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
45	Подвижная игра "Пионербол"	1	0	0	21.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
46	Подвижная игра "Пионербол"	1	0	0	26.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
47	Проверка теоретических знаний по теме "Гимнастика"	1	0	0	27.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
48	Подведение итогов за четверть. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	28.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
49	ТБ на уроке лыжной подготовки. Строевые упражнения с лыжами в руках. "Школа лыжника"	1	0	0	09.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
50	Передвижение скользящим шагом по учебной лыжне	1	0	0	10.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
51	Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола	1	0	0	11.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
52	Скользкий шаг, повороты переступанием	1	0	0	16.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
53	Подъем "Елочкой", торможение падением на бок	1	0	0	17.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
54	Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола	1	0	0	18.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
55	Подъем "Елочкой", торможение плугом	1	0	0	23.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
56	Передвижение по учебной лыжне 1 км без учета времени	1	0	0	24.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
57	Подвижные игры и эстафеты с элементами футбола	1	0	0	25.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
58	Спуск с горы в низкой стойке с поворотом переступанием	1	0	0	30.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
59	Передвижение 1,5 км по учебной лыжне без учета времени	1	0	0	31.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
60	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	0	01.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
61	Бег на лыжах 1 км. на время	1	0	0	06.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
62	Спуск с горы в низкой стойке, поворот переступанием во время спуска с горы	1	0	0	07.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
63	Прыжки в длину с разбега	1	0	0	08.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
64	Подвижные игры и эстафеты на лыжах	1	0	0	13.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
65	Свободное катание на лыжах, круговая эстафета	1	0	0	14.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
66	Прыжки в длину с разбега.	1	0	0	15.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
67	Прыжки в высоту с прямого разбега	1	0	0	20.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
68	Прыжки в высоту с прямого разбега	1	0	0	21.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
69	Прыжки в высоту с прямого разбега	1	0	0	22.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
70	Техника метания теннисного мяча с места	1	0	0	27.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
71	Техника метания в цель с места	1	0	0	28.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
72	Метание по движущейся цели	1	0	0	29.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
73	Метание по движущейся цели	1	0	0	05.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
74	Прыжки через длинную скакалку	1	0	0	06.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
75	Прыжки через длинную скакалку	1	0	0	07.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
76	Эстафеты с элементами спортивных игр	1	0	0	12.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
77	Проверка теоретических знаний по теме "Лыжная подготовка"	1	0	0	13.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
78	Подведение итогов за четверть. Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	14.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	26.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	27.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	0	28.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	0	02.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Эстафеты	1	0	0	03.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Эстафеты	1	0	0	04.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	0	09.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>



№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	0	10.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	11.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	16.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	17.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	18.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	23.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	24.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	25.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения	1	0	0	02.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	лежа на спине. Подвижные игры					
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	07.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	08.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	14.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	15.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
99	Соревнования "А ты сдал нормы ГТО?", с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 степени	1	0	0	16.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
100	Проверка теоретических знаний по теме Физическая культура"	1	0	0	21.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 степени	1	0	0	22.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
102	Подведение итогов за год . Подвижные игры по выбору детей	1	0	0	23.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>102</b>	<b>0</b>	<b>0</b>		

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1	0	0	05.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	0	07.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
3	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	0	12.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	0	14.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	0	19.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	0	0	21.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1	0	0	26.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	0	28.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
9	Закаливание организма	1	0	0	03.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
10	Предупреждение травм при занятиях легкой атлетикой	1	0	0	05.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
11	Прыжки в высоту с прямого разбега	1	0	0	10.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
12	Прыжки в высоту с прямого разбега	1	0	0	12.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
13	Прыжок в высоту способом перешагивание	1	0	0	17.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
14	Прыжок в высоту способом перешагивание	1	0	0	19.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
15	Беговые упражнения. Челночный бег 3x10м	1	0	0	24.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
16	Беговые упражнения	1	0	0	26.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
17	Предупреждение травм при выполнении гимнастических упражнений	1	0	0	07.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
18	Акробатические соединения	1	0	0	09.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
19	Акробатические соединения	1	0	0	14.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	0	16.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1	0	0	21.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
22	Ганцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	0	23.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
23	Ганцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	0	28.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
24	Предупреждение травм вот время подвижных игр	1	0	0	30.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
25	Подвижная игра "Снайпер"	1	0	0	05.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
26	Подвижная игра "Снайпер"	1	0	0	07.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
27	Подвижная игра "Перестрелка"	1	0	0	12.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
28	Подвижная игра "Перестрелка"	1	0	0	14.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
29	Подвижная игра "Пионербол"	1	0	0	19.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
30	Подвижная игра "Пионербол"	1	0	0	21.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
31	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	26.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
32	Подвижные игры и эстафеты	1	0	0	28.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	0	0	09.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	0	11.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
35	Передвижение на лыжах одновременным	1	0	0	16.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	одношажным ходом: подводящие упражнения					
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	0	18.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	0	23.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	0	25.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
39	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	0	30.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	0	01.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	0	06.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	0	08.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0	0	13.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0	0	15.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
45	Освоение правил и правил выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1км.	1	0	0	20.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
46	Разучивание игры "Гонка лодок"	1	0	0	22.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
47	Разучивание игры "Гонка лодок"	1	0	0	27.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
48	Упражнения из игры волейбол	1	0	0	29.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
49	Упражнения из игры волейбол	1	0	0	05.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
50	Упражнения из игры баскетбол	1	0	0	07.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
51	Упражнения из игры баскетбол	1	0	0	12.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
52	Упражнения из игры футбол	1	0	0	14.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
53	Метание малого мяча на дальность	1	0	0	26.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
54	Правила выполнения нормативов ГТО 3 ступени	1	0	0	28.03.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
55	Здоровье иЗОЖ. ГТО в наше время	1	0	0	02.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
56	Метание малого мяча на дальность	1	0	0	04.04.2024	<a href="https://www.gto.ru">https://www.gto.ru</a>
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	09.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м. Эстафеты	1	0	0	11.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м. Подводящие упражнения	1	0	0	16.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	0	18.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	23.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	25.04.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	02.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	07.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	14.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	16.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	0	21.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	0	23.05.2024	<a href="http://www.gto.ru">www.gto.ru</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>	<b>0</b>	<b>1</b>		

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

- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество  
«Издательство «Просвещение»
- Физическая культура. Гимнастика (в 2 частях), 1-4 классы/ Винер И.А.,  
Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д.; под редакцией Винер И.А., Акционерное  
общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура. Футбол для всех, 1-4 классы/ Погадаев Г.И.; под  
редакцией Акинфеева И., Акционерное общество «Издательство  
«Просвещение»
- Физическая культура, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество  
«Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 1-й класс: учебник, 1 класс/ Матвеев А.П.,  
Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество  
«Издательство «Просвещение»



- Физическая культура, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

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

[https://edsoo.ru/Metodicheskie\\_videouroki.htm](https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm)

Методические рекомендации/ ВФСК ГТО (gto.ru)

<https://www.gto.ru>

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<https://resh.edu.ru>

<https://www.gto.ru>