

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ


Министерство образования Оренбургской области

Управление образования МО Ташлинский район

МБОУ Алексеевская СОШ
им.А.Каширских



РАССМОТРЕНО
на заседании педагогического совета
Для Д.В. Балабуева
Протокол №1
от 29.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора по УВР
 Т.Ф.Горбатова
Протокол №1
от 29.08.2024 г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор
Для Д.В. Балабуева
Приказ №93
от 29.08.2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

(ID 1900150)

Учебного предмета
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

(для 1–4 классов образовательных организаций)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

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

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

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения 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 является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся 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 Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, 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.

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

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

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Общее число часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе составляет 270 ч (два часа в неделю в каждом классе): 1 класс — 66 ч; 2 класс — 68 ч; 3 класс — 68 ч; 4 класс — 68 ч.

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

Физическое совершенствование. *Оздоровительная физическая культура.* Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

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

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

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

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

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

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

Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4 КЛАСС

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

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

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

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

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

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

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

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

выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

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

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

Метапредметные результаты

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

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

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

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

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

Предметные результаты

1 КЛАСС

К концу обучения **в первом классе** обучающийся научится:

- 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 втором классе** обучающийся научится:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;

- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, 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 **третьем классе** обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону; двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону; лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на

месте и движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой);

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

4 КЛАСС

К концу обучения в **четвёртом классе** обучающийся научится:

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

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

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

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

— проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

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

— демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

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

— выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

— выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

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

— 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

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль ные работы	практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	Что понимается под физической культурой	1	0	1	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Режим дня школьника	1	0	1	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
3.2.	Осанка человека	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	4	0	4	https://resh.edu.ru/
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	4	0	4	https://resh.edu.ru/
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и	6	0	6	https://resh.edu.ru/
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	4	0	4	https://resh.edu.ru/
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0	4	https://resh.edu.ru/
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	4	0	4	https://resh.edu.ru/
4.11.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	15	0	15	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		51			

Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	11	0	11	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		11			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	66	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль	практические	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
1.2.	Зарождение Олимпийских игр	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Физическое развитие	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/
2.2.	Физические качества	0.25	0	0.25	https://resh.edu.ru/
2.3.	Сила как физическое качество	1	0	1	https://resh.edu.ru/
2.4.	Быстрота как физическое качество	1	0	1	https://resh.edu.ru/
2.5.	Выносливость как физическое качество	1	0	1	https://resh.edu.ru/
2.6.	Гибкость как физическое качество	1	0	1	https://resh.edu.ru/
2.7.	Развитие координации движений	1	0	1	https://resh.edu.ru/
2.8.	Дневник наблюдений по физической культуре	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		6			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Закаливание организма	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
3.2.	Утренняя зарядка	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
3.3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на	1	0	1	https://resh.edu.ru/

4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Спуски и подъёмы на лыжах	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.10	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.11	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.12	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.13	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.14	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.15	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.16	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.17	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	10	0	10	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		52			
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	7	0	7	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		7			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61	

3 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контро льные работ ы	практиче ские работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	Физическая культура у древних народов	1	0	1	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Виды физических упражнений	1	0	1	https://resh.edu.ru/

2.2.	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	1	https://resh.edu.ru/
2.3.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической	1	0	1	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Закаливание организма	1	0	1	https://resh.edu.ru/
3.2.	Дыхательная гимнастика	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
3.3.	Зрительная гимнастика	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и</i>	2	0	2	https://resh.edu.ru/
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазанье по канату</i>	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.3.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по</i>	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.4.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по</i>	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.5.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Прыжки через скакалку</i>	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.6.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Ритмическая гимнастика»</i>	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.7.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения</i>	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.8.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с разбега</i>	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.9.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика". Броски набивного мяча</i>	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.10	<i>Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения повышенной</i>	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.11	<i>Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным</i>	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.12	<i>Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания</i>	3	0	3	https://resh.edu.ru/
4.13	<i>Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом</i>	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.14	<i>Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка</i>	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.15	<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами</i>	7	0	7	https://resh.edu.ru/
4.16	<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры</i>	7	0	7	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		57			
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических <i>качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО</i>	5	0	5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		5			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	7	61	
-------------------------------------	----	---	----	--

4 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль	практиче	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	Из истории развития физической культуры в России	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
1.2.	Из истории развития национальных видов спорта	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Самостоятельная физическая подготовка	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
2.2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
2.3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
2.4.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
3.2.	Закаливание организма	0.5	0	0.5	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорный прыжок	3	1	2	https://resh.edu.ru/
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	2	0	2	https://resh.edu.ru/
4.6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	4	1	3	https://resh.edu.ru/
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	4	1	3	https://resh.edu.ru/

4.10	Модуль "Лыжная подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.11	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным	8	1	7	https://resh.edu.ru/
4.12	Модуль "Плавательная подготовка". Предупреждение травм на занятиях в	0	0	0	https://resh.edu.ru/
4.13	Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка	0	0	0	https://resh.edu.ru/
4.14	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на	1	0	1	https://resh.edu.ru/
4.15	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической	2	0	2	https://resh.edu.ru/
4.16	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры	6	0	6	https://resh.edu.ru/
4.17	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры	6	0	6	https://resh.edu.ru/
4.18	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	6	0	6	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		57			
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	7	0	7	https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		7			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке.	1	0	1	Устный опрос;;
2.	Режим дня, правила его составления и соблюдения	1	0	1	Устный опрос;
3.	Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития	1	0	1	Устный опрос;
4.	Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки	1	0	1	Устный опрос;
5.	Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе	1	0	1	Устный опрос;
6.	Равномерная ходьба и равномерный бег. Передвижение в равномерной ходьбе в колонне по одному с использованием лидера	1	0	1	Устный опрос;
7.	Передвижение равномерной ходьбе в колонне по одному с изменением скорости передвижения с использованием метронома;равномерная ходьба в колонне по одному с изменением скорости передвижения (по команде);	1	0	1	Устный опрос;
8.	Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью с использованием лидера (передвижение учителя);равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью;	1	0	1	Устный опрос;

9.	Равномерный бег в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера;равномерный бег в колонне по одному с разной скоростью передвижения (по команде);	1	0	1	Устный опрос;
10.	Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами;расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления	1	0	1	Устный опрос;
11.	Одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону);	1	0	1	Устный опрос;
12.	Приземление после спрыгивания с горки матов;	1	0	1	Устный опрос;
13.	Прыжки в длину с места в полной координации.	1	0	1	Устный опрос;
14.	Обобщающий урок по итогам обучения в 1 четверти	1	0	1	Устный опрос;
15.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1	Устный опрос;
16.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1	Устный опрос;
17.	Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1	Устный опрос;
18.	Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги стоя на месте; повороты направо и налево;	1	0	1	Устный опрос;
19.	Передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.	1	0	1	Устный опрос;
20.	Упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой;	1	0	1	Устный опрос;
21.	Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом;	1	0	1	Устный опрос;

22.	Упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой;	1	0	1	Устный опрос;
23.	Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом;	1	0	1	Устный опрос;
24.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе;	1	0	1	Устный опрос;
25.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе;	1	0	1	Устный опрос;
26.	Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе;	1	0	1	Устный опрос;
27.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
28.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
29.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
30.	Обобщающий урок по итогам 2 четверти	1	0	1	Устный опрос;
31.	Тема «Строевые команды в лыжной подготовке» Основная стойка лыжника.	1	0	1	Устный опрос;
32.	Разучивают выполнение строевых команд: «Лыжи на плечо!»; «Лыжи под руку!»; «Лыжи к ноге!», стоя на месте в одну шеренгу;	1	0	1	Устный опрос;
33.	Разучивают способы передвижения в колонне по два с лыжами в руках.	1	0	1	Устный опрос;
34.	Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок).	1	0	1	Устный опрос;
35.	Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок)	1	0	1	Устный опрос;
36.	«Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом»	1	0	1	Устный опрос;
37.	Совершенствование техники ступающего шага во время передвижения по учебной дистанции;	1	0	1	Устный опрос;

38.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом без лыж	1	0	1	Устный опрос;
39.	Передвижения скользящим шагом в полной координации и совершенствование её во время прохождения учебной дистанции	1	0	1	Устный опрос;
40.	Считалки для самостоятельной организации подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
41.	Разучивание считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей среди играющих;	1	0	1	Устный опрос;
42.	Обучение самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам);	1	0	1	Устный опрос;
43.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
44.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
45.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
46.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
47.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
48.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
49.	Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр	1	0	1	Устный опрос;
50.	Обобщающий урок по итогам 3 четверти	1	0	1	Устный опрос;
51.	«Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега»Выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализ основных его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление);	1	0	1	Устный опрос;

52.	фазы приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх- вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки);	1	0	1	Устный опрос;
53.	фазы отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд-вверх с места и с разбега с приземлением);	1	0	1	Устный опрос;
54.	фазы разбега (бег по разметкам с ускорением; бег с ускорением и последующим отталкиванием);	1	0	1	Устный опрос;
55.	подвижные игры	1	0	1	Устный опрос;
56.	подвижные игры	1	0	1	Устный опрос;
57.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
58.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
59.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
60.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
61.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
62.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
63.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
64.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
65.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;

бб.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Обобщающий урок по итогам 1 класса. Контрольные задания	1	0	1	Устный опрос;
-----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---	---	---	---------------

№ п/п	Тема урока 2 КЛАСС	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождения Олимпийских игр древности	1	0	1	Устный опрос;
2.	Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие, координация и способы их измерения. Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1	Устный опрос;
3.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой.	1	0	1	Устный опрос;
4.	Быстрота как физическое качество	1	0	1	Тестирование;
5.	Выносливость как физическое качество	1	0	1	Тестирование;
6.	Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа.	1	0	1	Устный опрос;
7.	упражнения в бросках малого мяча в неподвижную мишень: 1 — стоя лицом и боком к мишени (сверху, снизу, сбоку); — лёжа на спине (снизу) и животе (сбоку, располагаясь ногами и головой к мишени).	1	0	1	Устный опрос;
8.	Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа.	1	0	1	Тестирование;
9.	Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с раз- ной амплитудой и траекторией полёта	1	0	1	Устный опрос;

10.	сложно координированные прыжковые упражнения: 1 — толчком двумя ногами по разметке; 2— толчком двумя ногами с поворотом в стороны; 3 — толчком двумя ногами с одновременным и последовательным разведением ног и рук в стороны, сгибанием ног в коленях; 4 — толчком двумя ногами с места и касанием рукой подвешенных предметов; 5 — толчком двумя ногами вперёд-вверх с небольшого возвышения и мягким приземлением	1	0	1	Тестирование;
11.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	Устный опрос;
12.	особенности выполнения основных фаз прыжка;	1	0	1	Устный опрос;
13.	прыжок в высоту с прямого разбега в полной координации.	1	0	1	Тестирование;
14.	Обобщающий урок по итогам обучения в 1-й четверти	1	0	1	Зачет;
15.	«Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики»	1	0	1	Устный опрос;
16.	Гибкость как физическое качество	1	0	1	Тестирование;
17.	Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному;	1	0	1	Устный опрос;
18.	перестроение на месте из одной шеренги в две по команде «Класс, в две шеренги стройся!»	1	0	1	Устный опрос;
19.	Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.	1	0	1	Устный опрос;
20.	Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений	1	0	1	Устный опрос;
21.	Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений	1	0	1	Устный опрос;

22.	Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений	1	0	1	Устный опрос;
23.	Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте	1	0	1	Тестирование;
24.	«Упражнения с гимнастической скакалкой»	1	0	1	Тестирование;
25.	«Упражнения с гимнастической скакалкой»	1	0	1	Зачет;
26.	Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты, повороты и наклоны с мячом в руках	1	0	1	Письменный контроль;
27.	«Упражнения с гимнастическим мячом»	1	0	1	Тестирование;
28.	«Упражнения с гимнастическим мячом»	1	0	1	Зачет;
29.	«Танцевальные движения»	1	0	1	Устный опрос;
30.	движения хороводного шага (по фазам движения и с в полной координации);	1	0	1	Устный опрос;
31.	движения танца галоп (приставной шаг в сторону и в сторону с приседанием);Обобщающий урок по итогам обучения во 2 четверти	1	0	1	Зачет;
32.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой.	1	0	1	Устный опрос;
33.	Сила как физическое качество. Правила подбора одежды и знакомления с правилами подготовки инвентаря для занятий лыжной подготовкой;	1	0	1	Тестирование;
34.	Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом;	1	0	1	Устный опрос;
35.	разучивание имитационные упражнения в передвижении двухшажным попеременным ходом (скользящие передвижения без лыжных палок);	1	0	1	Устный опрос;

36.	выполнение передвижение двухшажным попеременным ходом с равномерной скоростью передвижения.	1	0	1	Зачет;
37.	спуск с небольшого склона в основной стойке;разучивание спуска с пологого склона и наблюдают за его выполнением другими учащимися	1	0	1	Устный опрос;
38.	Техника подъёма лесенкой. Имитационные упражнениям подъёма лесенкой (передвижения приставным шагом без лыж и на лыжах, по ровной поверхности, с лыжными палками и без палок);	1	0	1	Устный опрос;
39.	Передвижение приставным шагом по пологому склону без лыж с лыжными палками;Спуск с небольшого склона в основной стойке;	1	0	1	Зачет;
40.	«Торможение лыжными палками и падением на бок»разучивание техники торможения палками при передвижении по учебной дистанции с равномерной невысокой скоростью ;	1	0	1	Устный опрос;
41.	Обучение падению на бок стоя на месте (подводящие упражнения);торможение падением на бок при передвижении на лыжной трассе;	1	0	1	Устный опрос;
42.	Торможение падением на бок при спуске с небольшого пологого склона	1	0	1	Зачет;
43.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол)	1	0	1	Устный опрос;
44.	Технические действия игры баскетбол (работа в парах и группах);	1	0	1	Устный опрос;
45.	правила подвижных игр с элементами баскетбола	1	0	1	Устный опрос;
46.	Технические действия игры футбол (работа в парах и группах);	1	0	1	Устный опрос;

47.	Правила подвижных игр с элементами футбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;	1	0	1	Устный опрос;
48.	Проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры футбол;	1	0	1	Устный опрос;
49.	Проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры футбол;	1	0	1	Устный опрос;
50.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1	Практическая работа;
51.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1	Практическая работа;
52.	Подвижные игры на развитие координации.	1	0	1	Практическая работа;
53.	Обобщающий урок по итогам обучения в 3-й четверти	1	0	1	Зачет;
54.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	Устный опрос;
55.	Техника передвижения ходьбы по гимнастической скамейке ,передвижение равномерной ходьбой, руки на поясе;	1	0	1	Устный опрос;
56.	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук;передвижение равномерной ходьбой с перешагиванием через лежащие на скамейке предметы (кубики, набивные мячи и т. п.);	1	0	1	Тестирование;
57.	«Сложно координированные беговые упражнения»бег с поворотами и изменением направлений (бег змейкой, с обеганием предметов, с поворотом на 180°);	1	0	1	Устный опрос;

58.	Бег с ускорениями из разных исходных положений (из упора присев и упора лёжа; спиной и боком вперёд; упора сзади сидя, стоя, лёжа);	1	0	1	Устный опрос;
59.	Бег с преодолением препятствий (прыжком через гимнастическую скамейку; по невысокой горке матов, проползанием под гимнастической перекладиной)	1	0	1	Зачет;
60.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
61.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
62.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
63.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
64.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
65.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
66.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
67.	Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Техника тестовых упражнений	1	0	1	Тестирование;
68.	Обобщающий урок. Контрольные задания по итогам обучения во 2 классе	1	0	1	Зачет;

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Физическая культура у древних народов	1	0	1	Устный опрос;
2.	Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение.	1	0	1	Устный опрос;
3.	Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь).	1	0	1	Устный опрос;
4.	Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры.	1	0	1	Устный опрос;
5.	Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры.	1	0	1	Устный опрос;
6.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки	1	0	1	Устный опрос;
7.	Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	0	1	Устный опрос;
8.	Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги.	1	0	1	Устный опрос;
9.	Подводящие упражнения к прыжку с разбега, согнув ноги. Комплекс упражнений для развития прыгучести	1	0	1	Устный опрос;
10.	Способы самостоятельного обучения прыжку в длину с разбега способом согнув	1	0	1	Устный опрос;
11.	Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте	1	0	1	Устный опрос;

12.	Бросок набивного мяча из-за головы в положении стоя на дальность;	1	0	1	Устный опрос;
13.	Бросок набивного мяча из-за головы в положении сидя через находящуюся впереди на небольшой высоте планку	1	0	1	Устный опрос;
14.	Бросок набивного мяча из-за головы в положении сидя через находящуюся впереди на небольшой высоте планку	1	0	1	Устный опрос;
15.	Обобщающий урок по итогам обучения в 1-й четверти	1	0	1	Устный опрос;
16.	Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении.	1	0	1	Устный опрос;
17.	Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении.	1	0	1	Устный опрос;
18.	Лазание по гимнастическому канату в три приема. Общеразвивающие и подготовительные упражнения для разучивания техники лазания по гимнастическому канату в три приема	1	0	1	Устный опрос;
19.	Способы самостоятельного разучивания лазанию по канату в три приема	1	0	1	Устный опрос;
20.	Лазание по канату в два приема. Общеразвивающие и подготовительные упражнения для разучивания техники лазания по гимнастическому канату в два приема	1	0	1	Устный опрос;
21.	Способы самостоятельного разучивания лазанию по канату в два приема	1	0	1	Устный опрос;
22.	Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперед, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком	1	0	1	Устный опрос;

23.	Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.	1	0	1	Устный опрос;
24.	Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.	1	0	1	Устный опрос;
25.	Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазание разноимённым способом.	1	0	1	Устный опрос;
26.	Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазание разноимённым способом.	1	0	1	Устный опрос;
27.	Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазание разноимённым способом.	1	0	1	Устный опрос;
28.	Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге;	1	0	1	Устный опрос;
29.	Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге;	1	0	1	Устный опрос;
30.	Прыжки через скакалку вращением назад с равномерной скоростью. Обобщающий урок по итогам обучения в 2-й четверти	1	0	1	Устный опрос;
31.	Способы подбора лыжного инвентаря для лыжных прогулок. Способы подбора одежды и обуви для лыжных прогулок	1	0	1	Устный опрос;
32.	Техника передвижения одновременным двушажным лыжным ходом	1	0	1	Устный опрос;
33.	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения передвижению одновременным двушажным лыжным ходом	1	0	1	Устный опрос;
34.	Передвижение одновременным двушажным лыжным ходом с равномерной скоростью	1	0	1	Устный опрос;

35.	Техника поворота на лыжах способом переступания	1	0	1	Устный опрос;
36.	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения технике поворота на лыжах способом переступания	1	0	1	Устный опрос;
37.	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения технике поворота на лыжах способом переступания	1	0	1	Устный опрос;
38.	Техника передвижения попеременным двужажным лыжным ходом	1	0	1	Устный опрос;
39.	Правила развития выносливости во время самостоятельных занятий лыжной подготовкой.	1	0	1	Устный опрос;
40.	Составление плана самостоятельных занятий по развитию выносливости во время лыжных прогулок	1	0	1	Устный опрос;
41.	Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища.	1	0	1	Устный опрос;
42.	Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища.	1	0	1	Устный опрос;
43.	Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища.	1	0	1	Устный опрос;
44.	Правила организации и проведение подвижной игры «Парашютисты»	1	0	1	Устный опрос;
45.	Правила организации и проведения подвижной игры «Защита укрепления».	1	0	1	Устный опрос;
46.	Правила организации и проведения подвижной игры «Стрелки»	1	0	1	Устный опрос;
47.	«Танцевальные упражнения»	1	0	1	Устный опрос;

48.	Упражнения в танцах галоп и полька	1	0	1	Устный опрос;
49.	Упражнения в танцах галоп и полька	1	0	1	Устный опрос;
50.	Игровые действия подвижной игры «Попади в кольцо»	1	0	1	Устный опрос;
51.	Организация и проведения подвижной игры «Попади в кольцо» Обобщающий урок по итогам обучения в 3-й четверти	1	0	1	Устный опрос;
52.	Общеразвивающие упражнения для обучение техническим действиям игры баскетбол	1	0	1	Устный опрос;
53.	Общеразвивающие упражнения для обучения игре в волейбол	1	0	1	Устный опрос;
54.	Способ самостоятельного обучения прямой нижней подаче в волейболе	1	0	1	Устный опрос;
55.	Организация и проведение подвижной игры «Не давай мяча водящему»	1	0	1	Устный опрос;
56.	Игровые действия подвижной игры «Круговая лапта»	1	0	1	Устный опрос;
57.	Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег	1	0	1	Устный опрос;
58.	Бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м	1	0	1	Устный опрос;
59.	Челночный бег 3 × 5 м, челночный бег 4 × 5 м, челночный бег 4 × 10 м;	1	0	1	Устный опрос;
60.	Бег через набивные мячи; бег с наступанием на гимнастическую скамейку. бег по наклонной гимнастической скамейке (вверх и вниз);	1	0	1	Устный опрос;
61.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
62.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
63.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;

64.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
65.	Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Устный опрос;
66.	Общеразвивающие упражнения для обучения игре футбол	1	0	1	Устный опрос;
67.	Техника удара по неподвижному мячу в футболе	1	0	1	Устный опрос;
68.	Обобщающий урок. Контрольные задания по итогам обучения в 3 классе	1	0	1	Устный опрос;

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Из истории развития физической культуры в России. Из истории развития национальных видов спорта	1	0	1	Устный опрос;
2.	Самостоятельная физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1	Устный опрос;
3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности. Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	0	1	Устный опрос;
4.	Упражнения для профилактики нарушения осанки. Закаливание организма	1	0	1	Устный опрос;
5.	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1	Практическая работа;
6.	Техника выполнения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1	Практическая работа;
7.	Подготовительные упражнения для самостоятельного освоения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1	Практическая работа;

8.	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1	Практическая работа;
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------	---	---	---	----------------------

9.	Прыжок с разбега способом «перешагивания» на небольшую высоту.	1	0	1	Зачет;
10.	Беговые упражнения. Правила выполнения беговых упражнений Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
11.	Способы самостоятельного обучения техники выполнения беговых упражнений Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
12.	Способы самостоятельного обучения техники выполнения беговых упражнений Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
13.	Способы самостоятельного обучения техники выполнения беговых упражнений Комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование;
14.	Обобщающий урок по итогам обучения в 1-й четверти	1	0	1	Практическая работа;
15.	Правила выполнения силовых упражнений Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
16.	Способы самостоятельного обучения техники выполнения силовых упражнений Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
17.	Акробатика как вид спорта. Предупреждение травматизма на уроках акробатики	1	0	1	Практическая работа;
18.	Правила самостоятельного разучивания акробатических комбинаций	1	0	1	Практическая работа;
19.	Техника выполнения акробатической комбинации № 1. Гимнастический мост из положения лежа на животе. Упор лежа, из положения лежа на полу	1	0	1	Практическая работа;
20.	Техника выполнения акробатической комбинации № 2. Кувырок вперед, из положения упора присев. Кувырок назад, из упора присев в стойку на коленях	1	0	1	Зачет;
21.	Техника опорного прыжка через гимнастического козла. Подводящие упражнения для освоения опорного прыжка через гимнастического козла	1	0	1	Практическая работа;

22.	Способы самостоятельного разучивания подводящих упражнений для освоения опорного прыжка через гимнастического козла	1	0	1	Практическая работа;
23.	Способы самостоятельного разучивания техники спрыгивания с гимнастического козла из положения стоя	1	0	1	Зачет;
24.	Техника выполнения висов на гимнастической перекладине. Техника выполнения упора на гимнастической перекладине	1	0	1	Практическая работа;
25.	Способ самостоятельного разучивания упора на гимнастической перекладине. Техника переворота туловища вперед на гимнастической перекладине из виса стоя	1	0	1	Практическая работа;
26.	Подводящие упражнения к обучению переворота туловища вперед на гимнастической перекладине из виса стоя	1	0	1	Практическая работа;
27.	Способы самостоятельного разучивания переворота туловища вперед на гимнастической перекладине из виса стоя. Техника переворота туловища назад на гимнастической перекладине из виса сзади присев	1	0	1	Зачет;
28.	Танцевальные упражнения	1	0	1	Практическая работа;
29.	Танцевальные упражнения	1	0	1	Практическая работа;
30.	Обобщающий урок по итогам обучения в 2-й четверти	1	0	1	Практическая работа;
31.	Организация и проведение подвижной игры «Запрещенное движение»	1	0	1	Практическая работа;
32.	Организация и проведение подвижной игры «Подвижная мишень»	1	0	1	Практическая работа;
33.	Лыжные гонки как вид спорта. Предупреждение обморожения на уроках лыжной подготовки	1	0	1	Практическая работа;

34.	Техника одновременного одношажного лыжного хода	1	0	1	Практическая работа;
35.	Комплексы подготовительных упражнений для обучения одновременному одношажному лыжному ходу	1	0	1	Практическая работа;
36.	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения передвижению одновременным одношажному лыжному ходу	1	0	1	Зачет;
37.	Способы самостоятельного освоения передвижения одновременного одношажного лыжного хода. Организация и проведение подвижной игры «Куда укачишься на лыжах за два шага»	1	0	1	Практическая работа;
38.	Передвижение одновременным одношажным лыжным ходом по учебной лыжне. Правила выполнения упражнений по лыжной подготовке Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
39.	Техника передвижение одновременным одношажным лыжным ходом с равномерной скоростью. Прохождение одновременным одношажным ходом после спуска с пологого склона.	1	0	1	Практическая работа;
40.	Техника перехода с одновременного одношажного хода на попеременный двушажный ход. Подводящие упражнения для самостоятельного обучения переходу с одновременного одношажного хода на попеременный двушажный ход	1	0	1	Зачет;
41.	Техника выполнения нижней боковой подачи в волейболе. Подводящие упражнения для самостоятельного освоения выполнения нижней боковой подачи	1	0	1	Практическая работа;

42.	Способы самостоятельного освоения техники выполнения нижней боковой подачи. Выполнение нижней боковой подачи через сетку в разные зоны волейбольной площадки	1	0	1	Практическая работа;
43.	Техника приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	0	1	Практическая работа;
44.	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	0	1	Практическая работа;
45.	Способы самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	0	1	Практическая работа;
46.	Техника передачи волейбольного мяча через сетку. Способ самостоятельного обучения передачи волейбольного мяча через сетку	1	0	1	Зачет;
47.	Оказание первой помощи при легких травмах во время самостоятельных занятиях физической культурой. Техника броска мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	0	1	Практическая работа;
48.	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места. Способы самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	0	1	Практическая работа;
49.	Бросок мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли. Способы самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли	1	0	1	Практическая работа;
50.	Передача мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами. Способы самостоятельного обучения технике передачи мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами	1	0	1	Практическая работа;

51.	Техника ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении. Способы самостоятельного обучения технике ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении	1	0	1	Зачет;
52.	Обобщающий урок по итогам обучения в 3-й четверти	1	0	1	Практическая работа;
53.	Техника ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении. Способы самостоятельного обучения технике ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении	1	0	1	Практическая работа;
54.	Техника остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте. Способы самостоятельного освоения техники остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте	1	0	1	Практическая работа;
55.	Техника передачи катящегося мяча. Способы самостоятельного освоения техники передачи катящегося мяча.	1	0	1	Практическая работа;
56.	Техника передачи мяча во время его ведения. Способы самостоятельного освоения техники передачи мяча во время его ведения.	1	0	1	Практическая работа;
57.	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы. Способы самостоятельного освоения техники удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы	1	0	1	Практическая работа;
58.	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створ ворот. Способы самостоятельного освоения техники удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створ ворот.	1	0	1	Практическая работа;
59.	Организация и проведение эстафеты с ведением мяча	1	0	1	Зачет;

60.	Метание малого мяча на дальность	1	0	1	Практическая работа;
61.	Метание малого мяча на дальность	1	0	1	Практическая работа;
62.	Правила выполнения метания теннисного мяча в требованиях Комплекса ГТО	1	0	1	Практическая работа;
63.	Метание малого мяча на дальность	1	0	1	Зачет;
64.	Демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование;
65.	Демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование;
66.	демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование;
67.	демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование;
68.	Обобщающий урок по итогам обучения в 1-4 классах. Контрольные задания	1	0	1	Зачет;

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Введите свой вариант:

2 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» ;
Введите свой вариант:

3 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» ;
Введите свой вариант:

4 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение» ;
Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1 КЛАСС

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016.- 64 с. 2.

Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 190 с.

2 КЛАСС

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016.- 64 с. 2.

Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 190 с.

3 КЛАСС

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016.- 64 с. 2.

Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 190 с.

4 КЛАСС

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016.- 64 с. 2.

Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 190 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1 КЛАСС

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

2 KJACC

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

3 KJACC

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

4 KJACC

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

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

компьютерный стол

Ноутбук учителя,

Проектор

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая жесткая

Мат гимнастический прямой

Бревно гимнастическое напольное

Перекладина гимнастическая пристенная

Канат для лазания

Перекладина навесная универсальная

Тренажер навесной для прессы

Мяч для метания

Набор для подвижных игр

Комплект для проведения спортмероприятий

Комплект судейский

Ботинки для лыж

Лыжи

Лыжные палки

Стойки волейбольные с волейбольной сеткой.

Ворота для минифутбола складные

Мяч баскетбольный

Мяч футбольный

Мяч волейбольный

