

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Департамент образования и науки Тюменской области  
Департамент по образованию Администрации города Тобольска

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1»

**Рассмотрено**

на заседании ШМО

учителей развивающего цикла  
Протокол №1 от 25.08.2022г.

**Согласовано**

Заместитель директора

*Павлова С.И.*  
Павлова С.И.  
«30» августа 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета

«Физическая культура»

для 1-4 классов начального общего

образования

на 2022 - 2023 учебный год

Составитель: Усманова Алена Сергеевна,  
учитель физической культуры

Тобольск, 2022

**Пояснительная записка**



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

В программе нашли своё отражение объективно сложившаяся 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 методов 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 памяти, способствует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию 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. Достигание 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, укрепление здоровья, формирование спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного уровня развития функциональной направленности физических качеств и обучения физическим упражнениям различной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в занятия подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведение физкультурных 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, осознания роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активной 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, ориентированный на развитие целостной личности обучающегося. Достигание целостного педагогического процесса на развитие личности обучающегося младшими школьниками достигается благодаря освоению младшими школьниками предметной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Деятельная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающегося. 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 ЛТО в структуре программы в раздел «Физическое совершенствование» вводятся образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволяет 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

**Знания о физической культуре.** Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

## 2 класс.

Легкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места 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. Прыжки на лыжах с места (без палок). Лыжная подготовка. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Акробатические упражнения: подём туловища из положения лёжа на спине и животе; подём ног с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки. Гимнастические упражнения: стилизованная ходьба и бег; упражнения равномерной скоростью. Шеренги, стой на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с упоры, сеты, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две линии, построения с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе. *Спортивно-оздоровительная физическая культура.* Правила поведения на уроках физической культуры её развития. Физические упражнения для физкультурминутки и утренней зарядки. Требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для профилактики *Оздоровительная физическая культура.* Гигиена человека и способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей. Упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физического развитию и физической подготовке.

**Знания о физической культуре.** Понятие «физическая культура» как занятия физическими

## 1 класс

### Содержание учебного предмета

РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Лыжники-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. Рабочая программа сформирована с учётом рабочей программы воспитанника МАОУ СОШ №6. Планируемые результаты включаются в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представляются в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения. Результаты освоения учебного предмета достигаются 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.

**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 отiranием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультурминутки для занятий в домашних условиях.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.* Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения. Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажными 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 тольком 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 направлением движения. Беговые сложно-координированные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обегание предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол). *Триатло-ориентированная физическая культура.* Подготовка к соревнованиям по комплексу ЛТО. 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). Лозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Лозирование 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 утомительной и физической нагрузки.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.* Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении 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; лазание разными способами. Прыжки через скакалку с изменением скорости вращения на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и

повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах гапон и полька.

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

Лодвижные и спортивные игры. Лодвижные 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 двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу.

*Дружественная физическая культура*. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ЛТО.

#### 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 подготовки. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самоощущению. Определение 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. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подём переворотом.

Лёгкая атлетика. Передвижение травматазма 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. Передвижение травматазма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Лодвижные и спортивные игры. Передвижение травматазма на занятиях лодвижными играми. Лодвижные игры общей физической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача; приём и передача мяча сверху; выполнение основных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; выполнение основных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы; выполнение основных технических действий в условиях игровой деятельности. *Дружественная физическая культура*. Упражнения в условиях игровой деятельности на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ЛТО.

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

### Личностные результаты

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

1. 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 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, влияющая на занятия физической культурой и спортом на их показатели.

### Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижение учащимися 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:*

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

### Коммуникативные УУД

1. воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения; высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
3. управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительного отношения к замечаниям других учащихся и учителей;
4. обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определений победителей;

### Регулятивные УУД

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

### Предметные результаты

## 1 класс.

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

1. приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индигуальном режиме дня;
2. соблюдать правила поведения на уроках физической культуры, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
3. выполнять упражнения утренней зарядки и физкультурминуток;
4. анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
5. демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
6. выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
7. демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
8. передвижаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
9. играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

## 2 класс.

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

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

## 3 класс.

К концу обучения в третьем классе обучающийся научится:

1. соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой и шашечной подготовки;
2. демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
3. измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значению с помощью таблицы стандартных нагрузок;
4. выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
5. выполнять движение противходом в колонне по трём на месте и в движении; одному в колонну по трём на месте и в движении;
6. выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую стороны; двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
7. передвижаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону; лазать разномысленным способом;
8. демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге; демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
9. демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Итого по разделу
		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	всего	
1.1.	Что понимается под физической культурой			
Раздел 1. Знания о физической культуре				
		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>		

### 1 класс

#### Тематическое планирование

10. Выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнуть 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;
12. 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);
13. Выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать просты в их показателях.
- 4 класс.**
- К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:
1. объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
  2. осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
  3. приводить примеры релаксирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
  4. 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;
  5. проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
  6. демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
  7. демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
  8. демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
  9. выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
  10. выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
  11. выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
  12. выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать просты в их показателях.



<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>			
2.1.	Режим дня школьника	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
Итого по разделу			
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура</b>			
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
3.2.	Осанка человека	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
3.3.	Утренняя зарядка и физкультурминутки в режиме дня школьника	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
Итого по разделу			
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>			
4.1.	Модуль "Тематика с основами акробатики"; Правила поведения на уроках физической культуры	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
4.2.	Модуль "Тематика с основами акробатики"; Исходные положения в физических упражнениях	2	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
4.3.	Модуль "Тематика с основами акробатики"; Строевые упражнения и организующие	3	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a>

					<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	<b>команды на уроках физической культуры</b>
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	4			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	4			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.6.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды лыжной подготовке	3			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	6			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Равномерное передвижение в холме и бере	6			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Прыжок в длину с места	4			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.10	Модуль "Лыжная подготовка". Прыжок в длину и высоту с прямого разбега	3			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>	
4.11	Модуль "Подвижные игры"	7			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>	

Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура				
№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (информационные) образовательные ресурсы	Итого по разделу
5.1.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	6	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	Итого по разделу
		66	0	Итого по разделу
		66	0	Итого по разделу
		66	0	Итого по разделу

**Тематическое планирование  
2 класс**

Раздел 1. Знания о физической культуре				
№	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (информационные) образовательные ресурсы	Итого по разделу
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	Итого по разделу
1.2.	Зарождение Олимпийских игр	1	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	Итого по разделу
		2		Итого по разделу
		2		Итого по разделу

**Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности**

2.1.	Физическое развитие	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.2.	Физические качества	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.3.	Сила как физическое качество	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.4.	Быстрота как физическое качество	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.5.	Выносливость как физическое качество	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.6.	Тяжелость как физическое качество	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.7.	Развитие координации движений	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.8.	Дневник наблюдений по физической культуре	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>

								<a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
Итого по разделу								
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВО</b>								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Закаливание организма	11	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
3.2.	Утренняя зарядка	11	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
3.3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	11	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
Итого по разделу								
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	11	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	13	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	12	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.4.	Модуль "Гимнастика	12	10	10				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>

						<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	2				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	1				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.7.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.8.	Модуль "Лыжная подготовка". Перемещение на лыжах двухшажным попеременным ходом	3				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.9.	Модуль "Лыжная подготовка". Спуски и подъёмы на лыжах	3				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.10	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	3				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

4.12.	Модуль "Легкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень		3	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.13.	Модуль "Легкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения		3	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.14.	Модуль "Легкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега		2	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.15.	Модуль "Легкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке		3	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.16.	Модуль "Легкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения		4	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.17.	Модуль "Подвижные игры игры"		12	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
Итого по разделу							49
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура							
5.1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО		6	0	0	0	https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infourok.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
Итого по разделу							6

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	0	
-------------------------------------	----	---	---	--

**Тематическое планирование  
3 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные ресурсы (адреса)
		всего	контрольные работы	практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1.	Физическая культура у древних народов				<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
Итого по разделу					
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1.	Виды физических упражнений				<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.2.	Измерение пульса на уроках физической культуры				<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
2.3.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой				<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>
Итого по разделу					
<b>Физическое совершенствование</b>					
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура</b>					
3.1.	Закаливание организма				<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>





					<a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики", Ритмическая гимнастика»				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.7.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики", Танцевальные упражнения				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика", Прыжок в длину с разбега				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика", Броски набивного мяча				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика", Беговые упражнения повышенной координационной сложности				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка", Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.12.	Модуль "Лыжная подготовка", Повороты на лыжах способом переступания				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
4.13.	Модуль "Лыжная подготовка",				<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>



№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	
			всего	контрольные работы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1.	История развития физической культуры в России	11		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>
1.2.	История развития национальных видов спорта	11		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>				
<b>21</b>				
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>				
2.1.	Самостоятельная физическая подготовка	11		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
2.2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	11		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
2.3.	Оценка годовой динамики показателей физической подготовки и физической подготовленности	11		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiurok.ru/">https://multiurok.ru/</a>
2.4.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	21		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a>

					<a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>					
<b>Физическое совершенствование</b>					
<b>Раздел 3. Оздоровительная физическая культура</b>					
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://info.turok.ru/">https://info.turok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
3.2.	Закаливание организма	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://info.turok.ru/">https://info.turok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
<b>Итого по разделу</b>					
<b>Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
4.1.	Модуль "Тренировка с основами акробатки". Препреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://info.turok.ru/">https://info.turok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
4.2.	Модуль "Тренировка с основами акробатки". Акробатическая комбинация	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://info.turok.ru/">https://info.turok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
4.3.	Модуль "Тренировка с основами акробатки". Опорный прыжок	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://info.turok.ru/">https://info.turok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
4.4.	Модуль "Тренировка с основами акробатки". Упругость на гимнастической перекладине	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://info.turok.ru/">https://info.turok.ru/</a> <a href="https://foxford.ru/">https://foxford.ru/</a> <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> <a href="https://multiturok.ru/">https://multiturok.ru/</a>
4.5.	Модуль "Тренировка с основами акробатки"	11			<a href="https://edsoo.ru/">https://edsoo.ru/</a>

					<i>акробатки</i> . Танцевальные упражнения
4.6.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Преподнесение травм на занятиях лёгкой атлетикой	2		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	
4.7.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Упражнения в прыжках в высоту с разбега	3		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	
4.8.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Беговые упражнения	3		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	
4.9.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> Метание малого мяча на дальность	3		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	
4.10.	<i>Модуль "Лыжная подготовка".</i> Преподнесение травм на занятиях лыжной подготовкой	2		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	
4.11.	<i>Модуль "Лыжная подготовка".</i> Преподнесение на лыжах одновременным одношажным ходом	4		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>	
4.12.	<i>Модуль "Лыжная подготовка".</i> Преподнесение на лыжах одновременным одношажным ходом	2		<a href="https://edsoo.ru">https://edsoo.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a> <a href="https://infourok.ru">https://infourok.ru</a> <a href="https://foxford.ru">https://foxford.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a> <a href="https://multiurok.ru">https://multiurok.ru</a>	

4.13.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	4		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.14.	Модуль "Подвижные и спортивные". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	2		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные". Подвижные игры общefизической подготовки	4		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.16.	Модуль "Подвижные и спортивные". Игры волейбол и спортивные действия	6		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.17.	Модуль "Подвижные и спортивные". Игры баскетбол и спортивные действия	6		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
4.18.	Модуль "Подвижные и спортивные". Игры футбол и спортивные действия	3		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
Итого по разделу		53		
Итого по разделу		6		
5.1.	Рефлексия: демонстрация природов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ЛТО	6		https://edsoo.ru https://resh.edu.ru/ https://infook.ru/ https://foxford.ru/ https://nsportal.ru/ https://multiurok.ru/
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура				

**Календарно-тематическое (поурочное планирование)**

**1 класс**

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1.	Что понимается под физической культурой	1		
2.	Режим дня школьника	1		
3.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1		
4.	Осанка человека	1		
5.	Тренировка зарядка и физкультурминутки в режиме дня школьника	1		
6.	Модуль "Тимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1		
7.	Модуль "Тимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1		
8.	Модуль "Тимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1		
9.	Модуль "Тимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и акробатические команды на уроках физической культуры	1		
10.	Модуль "Тимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и акробатические команды на уроках физической культуры	1		
11.	Модуль "Тимнастика с основами акробатики"	1		



					акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры
12.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			
13.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			
14.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1			
15.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1			
16.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1			
17.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1			
18.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1			
19.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1			
20.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1			
21.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1			
22.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	1			
23.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	1			
24.	Модуль "Лыжная подготовка". Строевые команды в лыжной подготовке	1			
25.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1			

39.	Модуль "Лётная атлетика". Прыжок в длину с места	1					
38.	Модуль "Лётная атлетика". Прыжок в длину с места	1					
37.	Модуль "Лётная атлетика". Прыжок в длину с места	1					
36.	Модуль "Лётная атлетика". Равномерное передвижение в холбе и беге	1					
35.	Модуль "Лётная атлетика". Равномерное передвижение в холбе и беге	1					
34.	Модуль "Лётная атлетика". Равномерное передвижение в холбе и беге	1					
33.	Модуль "Лётная атлетика". Равномерное передвижение в холбе и беге	1					
32.	Модуль "Лётная атлетика". Равномерное передвижение в холбе и беге	1					
31.	Модуль "Лётная атлетика". Равномерное передвижение в холбе и беге	1					
30.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1					
29.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1					
28.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1					
27.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1					
26.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1					

40.	Модуль "Леткая атлетика". Прыжок в длину с места	1					
41.	Модуль "Леткая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1					
42.	Модуль "Леткая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1					
43.	Модуль "Леткая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1					
44.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
45.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
46.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
47.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
48.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
49.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
50.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
51.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
52.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					
53.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1					

54.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
55.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
56.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
57.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
58.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
59.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
60.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	1						
61.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1						
62.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1						
63.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1						
64.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1						
65.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1						
66.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным	1						

требованиям комплекса ГТО							
---------------------------	--	--	--	--	--	--	--

Календарно-тематическое (поурочное планирование)

2 класс

№	п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1.		История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	2а	26
2.		Зарождение Олимпийских игр	1		
3.		Физическое развитие	1		
4.		Физические качества	1		
5.		Сила как физическое качество	1		
6.		Быстрота как физическое качество	1		
7.		Выносливость как физическое качество	1		
8.		Гибкость как физическое качество	1		
9.		Развитие координации движений	1		
10.		Дневник наблюдений по физической культуре	1		
11.		Закаливание организма	1		
12.		Утренняя зарядка	1		
13.		Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1		
14.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках	1		

					Гимнастика и акробатика
15.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	1			
16.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	1			
17.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	1			
18.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	1			
19.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	1			
20.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой	1			
21.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой	1			
22.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	1			
23.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	1			
24.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	1			
25.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	1			
26.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1			
27.	Модуль "Лыжная подготовка". Перемещение	1			

					на лыжах двухшажным попережным ходом
28.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попережным ходом	1			
29.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попережным ходом	1			
30.	Модуль "Лыжная подготовка". Служки и подьёмы на лыжах	1			
31.	Модуль "Лыжная подготовка". Служки и подьёмы на лыжах	1			
32.	Модуль "Лыжная подготовка". Служки и подьёмы на лыжах	1			
33.	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	1			
34.	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	1			
35.	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	1			
36.	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			
37.	Модуль "Лыжная подготовка". Броски мяча в неподвижную мишень	1			
38.	Модуль "Лыжная подготовка". Броски мяча в неподвижную мишень	1			
39.	Модуль "Лыжная подготовка". Броски мяча в неподвижную мишень	1			
40.	Модуль "Лыжная подготовка". Сложно координированные прыжковые упражнения	1			
41.	Модуль "Лыжная подготовка". Сложно	1			

					координированные прыжковые упражнения
42.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные прыжковые упражнения	1		
43.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега		1		
44.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега		1		
45.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		
46.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		
47.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		
48.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные упражнения	1		
49.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные упражнения	1		
50.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно	координированные беговые упражнения	1		
51.	Модуль "Подвижные игры"	Подвижные игры	1		
52.	Модуль "Подвижные игры"	Подвижные игры	1		
53.	Модуль "Подвижные игры"	Подвижные игры	1		
54.	Модуль "Подвижные игры"	Подвижные игры	1		
55.	Модуль "Подвижные игры"	Подвижные игры	1		



Календарно-тематическое (поурочное планирование)

3 класс

56.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
57.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
58.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
59.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
60.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
61.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
62.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	1					
63.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1					
64.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1					
65.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1					
66.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1					
67.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1					
68.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1					

№	п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
1.		Физическая культура у древних народов	1		
2.		Виды физических упражнений	1		
3.		Измерение пульса на уроках физической культуры	1		
4.		Позировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1		
5.		Закаливание организма	1		
6.		Лыжная гимнастика	1		
7.		Зрительная гимнастика	1		
8.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и упражнения	1		
9.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и упражнения	1		
10.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и упражнения	1		
11.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазанье по канату	1		
12.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазанье по канату	1		
13.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической скамейке	1		
14.		Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической скамейке	1		
				36	36

	скамейке								
15.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лердвжжнннннн по гимнастической стенке	1							
16.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лердвжжнннннн по гимнастической стенке	1							
17.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Прыжки через скакалку	1							
18.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Прыжки через скакалку	1							
19.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Ритмическая гимнастика»	1							
20.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Ритмическая гимнастика»	1							
21.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1							
22.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1							
23.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с разбега	1							
24.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с разбега	1							
25.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски набивного мяча	1							
26.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски набивного мяча	1							
27.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения повышенной координационной сложности	1							

41.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
40.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
39.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
38.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
37.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
36.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
35.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
34.	Модуль "Лыжная подготовка". Повороты на лыжах способом переступания	1				
33.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				
32.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				
31.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				
30.	Модуль "Лыжная подготовка". Беговые упражнения повышенной координационной сложности	1				
29.	Модуль "Лыжная подготовка". Беговые упражнения повышенной координационной сложности	1				
28.	Модуль "Лыжная подготовка". Беговые упражнения повышенной координационной сложности	1				

				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
42.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
43.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
44.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
45.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
46.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
47.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
48.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
49.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
50.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
51.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	
52.				1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	

53.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	1					
54.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	1					
55.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	1					
56.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	1					
57.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	1					
58.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	1					
59.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	1					
60.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	1					
61.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	1					
62.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1					
63.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1					
64.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физического качества к нормативным требованиям комплекса ЛТО	1					
65.	Рефлексия: демонстрация простота показателей	1					

Календарно-тематическое (поурочное планирование)

4 класс

									Физические качества к нормативным требованиям комплекса ГТО
66.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1							
67.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1							
68.	Рефлексия: демонстрация простота показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1							

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Дата по плану	Дата по факту
			4а	4б
1.	Из истории развития физической культуры в России	1		
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1		
3.	Самостоятельная физическая подготовка	1		
4.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1		
5.	Оценка головной динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1		
6.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1		

7.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1							
8.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1							
9.	Закаливание организма	1							
10.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1							
11.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	1							
12.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	1							
13.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорный прыжок	1							
14.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорный прыжок	1							
15.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической перекладине	1							
16.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической перекладине	1							
17.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1							
18.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1							
19.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1							
20.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение	1							



					травм на занятиях лёгкой атлетикой	
21.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				
22.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				
23.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				
24.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	1				
25.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	1				
26.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	1				
27.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	1				
28.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	1				
29.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	1				
30.	Модуль "Лёгкая подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
31.	Модуль "Лёгкая подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
32.	Модуль "Лёгкая подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
33.	Модуль "Лёгкая подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
34.	Модуль "Лёгкая подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
35.	Модуль "Лёгкая подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				

									на лыжах одновременным одношажным ходом
36.	Модуль "Лыжная подготовка". Перевыживание	на лыжах одновременным одношажным ходом	1						
37.	Модуль "Лыжная подготовка". Перевыживание	на лыжах одновременным одношажным ходом	1						
38.	Модуль "Лыжная подготовка". Перевыживание	на лыжах одновременным одношажным ходом	1						
39.	Модуль "Лыжная подготовка". Перевыживание	на лыжах одновременным одношажным ходом	1						
40.	Модуль "Лыжная подготовка". Перевыживание	на лыжах одновременным одношажным ходом	1						
41.	Модуль "Лыжная подготовка". Перевыживание	на лыжах одновременным одношажным ходом	1						
42.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми		1						
43.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми		1						
44.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки		1						
45.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки		1						
46.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки		1						
47.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки		1						

48.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	1					
49.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	1					
50.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	1					
51.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	1					
52.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	1					
53.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	1					
54.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	1					
55.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	1					
56.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	1					
57.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	1					
58.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	1					
59.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	1					
60.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	1					
61.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	1					

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1 КЛАСС

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

2 КЛАСС

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

3 КЛАСС

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

4 КЛАСС

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

62.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	1					
63.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1					
64.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1					
65.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1					
66.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1					
67.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1					
68.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1					

