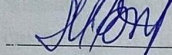


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Саратовской области
Комитет образования администрации Марковского муниципального района
МОУ - ООШ с. Бородаевка Марковского района

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО



Грушак М.В.

Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

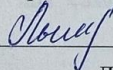


Долотова А. Ю.

Протокол №1 от «31»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы



Лымарь Н. В.

Приказ №1 от «1» сентября
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3409162)

учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 5 – 9 классов

с. Бородаевка 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения

программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

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

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

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

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

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

физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

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

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

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

развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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

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

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 371 час: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

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

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лыжная подготовка

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

Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

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

Лыжная подготовка

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

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной

амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

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

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

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

Плавательная подготовка.

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

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура.

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

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

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

Плавательная подготовка

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

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные

универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

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

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;

- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

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

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

3 КЛАСС

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

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

4 КЛАСС

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

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.2	Осанка человека	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/

					Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	0	18	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12	0	12	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.3	Легкая атлетика	18	0	18	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	0	19	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		67	0	67	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению	26	0	26	РЭШ https://resh.edu.ru/

	нормативных требований комплекса ГТО				Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу	26	26			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99	0	0		

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/

Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	1	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.3	Легкая атлетика	14			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.4	Подвижные игры	19			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		59			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО		102	0	0	

ПРОГРАММЕ				
-----------	--	--	--	--

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	1	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.3	Физическая нагрузка	2	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					

Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16		16	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.2	Легкая атлетика	10			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.3	Лыжная подготовка	12			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.4	Плавательная подготовка	12			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.5	Подвижные и спортивные игры	16			РЭШ https://resh.edu.ru/

					Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		66			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	0	РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/

1.2	Закаливание организма	1			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.2	Легкая атлетика	9			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.3	Лыжная подготовка	12			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.4	Плавательная подготовка	2			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.5	Подвижные и спортивные игры	16			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		51			

Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	8			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		8			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура	1	0	0		<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-po-fizicheskoi-kulture-1-klass-znakomstvo-s-f.html</p> <p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-chto-takoe-fizicheskaya-kultura-klass-2562937.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-dlya-1-klassa-chto-takoe-fizkultura-4143910.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18064070133434886440</p>
2	Современные физические упражнения	1	0	0		<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/kompleks-obshchierazvivaiushchikh-uprazhnenii-dl.html</p> <p>Урок https://tak-to-ent.net/load/210-1-0-2755</p> <p>Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/kompleks-obshchierazvivaiushchikh-uprazhnenii-dl.html</p>
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	0	0		<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/168915/</p> <p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tema-urok-po-fizicheskoy-kulture-nash-rezhim-dnya-klass-3878573.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-rezhim-dnya-klass-2163236.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/780234744721202319</p>
4	Личная гигиена и	1	0	0		<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/conspect/326356/</p> <p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-</p>

	гигиенические процедуры					shkola/fizkultura/2022/03/11/fizicheskaya-kultura-1-klass-gigiena-lichnaya-gigiena Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-pravila-lichnoy-gigieni-klass-2880868.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/13340037646486411964
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1	0	0		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/conspect/168977/ Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kulturi-formirovanie-osanki-klass-1495803.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya_po_adaptivnoy_fizicheskoy_kulture_na_temu_pravilnaya_osanka_1_klass-484317.htm Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4143010011027107014
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	9		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/11/30/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-kompleks-utrenney Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/rezhim-dnia-utrenniaia-zariadka-i-fizkultminutki.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/02/10/prezentatsiya-utrennyaya-zaryadka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/780234744721202319
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/03/04/konspekt-k-uroku-po-pravilam-povedeniya-i-tehnike Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/material.html?mid=35976 Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/06/02/prezentatsiya-obshchie-pravila-povedeniya-i-tehniki Видеоурок https://dzen.ru/video/watch/627b39382e07f74189a82e97?f=video
8	Понятие гимнастики	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/09/11/plan-konspekt-po-fizicheskoy-kulture-tema-

	и спортивной гимнастики					gimnastika-1-klass Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fgos-tema-gimnastika-1-klass-4090942.html Презентация https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-fizkulture/101215-gimnastika.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/17731193783298730971
9	Исходные положения в физических упражнениях	1	0	1		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/conspect/169061/ Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/konspekt-uroka-fizkul-tury-v-1-klassie.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/ishodnye-polozheniya-v-fizicheskikh-uprazhneniyah-1-klass-6160079.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3439199231876576328
10	Учимся гимнастиче- ским упражнениям	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/09/11/plan-konspekt-po-fizicheskoy-kulture-tema-gimnastika-1-klass Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-gimnastika-krugovaya-trenirovka-274956.html Презентация https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura/vidy-sporta/gimnastika Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4870372595259852526?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1163.0%23ac134d0bb5b9e4cab3f5c0e03e427929a9b0587e
11	Стилизован- ные способы передвиже- ния ходьбой и бегом	1	0	1		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/conspect/168895/ Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/01/24/razrabotka-uroka-po-fizkulture-po-teme-hodba-i-beg-s Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/07/19/dvizheniya-i-peredvizheniya-cheloveka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16487239708288663304
12	Акробатич	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-

	еские упражнени я, основные техники					shkola/fizkultura/2019/09/03/akrobatika-1-klass Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-akrobatiches.html Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/prezentatsiia-akrobatika-1-4-klassy.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/164913545403563865
13	Акробатич еские упражнени я, основные техники	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-akrobaticheskie-uprazhneniya-klass-3311019.html Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/74994-konspekt-uroka-akrobaticheskie-uprazhneniya-1-klass.html Презентация (Видеоуроки) https://videouroki.net/razrabotki/prieziantsiia-k-uroku-fizichieskoi-kul-tury-v-1-klassie-na-tiemu-gimnastika-s-.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12407071795942324468
14	Строевые упражнени я и организуо щие команды на уроках физической культуры	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/06/27/stroevye-uprazhneniya-vypolnenie-komand-1-klass Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/stroevye-uprazhneniia-5.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/07/11/stroevye-uprazhneniya-dlya-uchashchihsya-1-klassa Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7383517922739095452
15	Способы построения и повороты стоя на месте	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/plan_konspekt_uroka_po_fizicheskoi_kulture_dlia_1_klassa_razuchivanie_i_trenirov Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodichka-postroeniya-i-perestroeniya-1658435.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-stroevye-uprazhneniya-v-nachalnoj-shkole-5255825.html

						<p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/9233399850320700714?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1163.0%23ac134d0bb5b9e4cab3f5c0e03e427929a9b0587e</p>
16	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizkulturi-gimnastika-raznovidnosti-peredvizheniya-hodba-beg-1326572.html Урок (ВК) https://vk.com/wall-212124892_196 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-po-teme-specialnye-begovye-uprazhneniya-1-klass-4237327.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3439199231876576328</p>
17	Гимнастические упражнения с мячом	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/uprazhneniya-s-gimnasticheskim-myachom-1-4-klass-6686064.html Урок (Знанию) https://znaniio.ru/media/konspekt_uroka_uprazhneniya_s_myachami_1_klass_fizicheskaya_kultura-290424 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-zanyatiya-dlya-uchaschihsya-pervogo-goda-obucheniya-po-teme-hudozhestvennaya-gimnastika-uprazhneniya-s-myachom-i-le-430136.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14242579496799872447</p>
18	Гимнастические упражнения со скакалкой	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-uchaschihsya-klassa-prizhki-so-skakalkoy-2749730.html Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/conspect/326439/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-igra-na-skakalke-dlya-1-klassa-4227037.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6524863260569315238</p>
19	Гимнастические упражнения в	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/fizkultura-prizhki-klass-1057765.html Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plankonspekt-uroka-po-fizichieskoi-kul-turie-28.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-</p>

	прыжках					shkola/fizkultura/2020/04/29/prezentatsiya-o-pryzhkovykh-uprazhneniyah Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/556784147540654312
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-tema-podnimanie-tulovischa-iz-polozheniya-lyozha-3314741.html Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/08/20/podnimanie-tulovishcha-iz-polozheniya-lyozha Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentatsiya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-podnimanie-tulovisha-iz-polozheniya-lezha-na-spine-ruki-5006559.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5349478436395234353?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1163.0%23ac134d0bb5b9e4cab3f5c0e03e427929a9b0587e
21	Подъем ног из положения лежа на животе	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/podemy-nog-lezha-na-polu.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentatsiya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-podemy-nog-lezha-na-polu-5006563.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10709860104503921670
22	Сгибание рук в положении упор лежа	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/10/01/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-1-klassov Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentatsiya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-sgibanie-razgibanie-ruk-v-upore-lezha-6458638.html
23	Разучивание прыжков в группировке	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/akrobatika-1-klass-gruppirovka-perekaty-v-gruppiro.html Презентация (Инфоурок) https://znanio.ru/media/prezentatsiya_po_fizicheskoy_kulture_na_temu_akrobaticheskie_uprazhneniyagruppirovka1_2_klass_fizicheskaya_kultura-3167 Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1012011564733072717

						Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/61471631340058737
24	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/10/23/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-pryzhki-v-dlinu-s-mesta Урок (ВК) https://vk.com/wall-215781331_429 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-oflajn-uroku-1-klass-na-temu-tehnika-vypolneniya-opornogo-pryzhka-4686350.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6080064277279674927
25	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspektpraktichieskoghozaniatiia17stroievyeuprazhneniiiaslyzhamiinalyzhakh Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-nachalnoe-obuchenie-peredvizheniyu-na-lizhah-1377156.html
26	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/blog/shkola/fizkultura-i-obzh/all/2012/02/10/stroevye-uprazhneniya-na-lyzhakh Презентация https://урок.рф/library/lizhnaya_podgotovka_1_klass_200500.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/61471631340058737
27	Упражнения в передвижении на лыжах	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/conspect/223800/ Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/01/11/prezentatsiya-lyzhnaya-podgotovka-dlya-1klassa Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10324278997674992149
28	Упражнения в передвижении на лыжах	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya_karta_uroka_fizicheskoy_kultury_dlya_uchaschihsya_1_klassa_po_teme-454003.htm Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-lyzhi-v-nachalnoi-shkole.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097
29	Имитацион	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskaya-kultura-

	ные упражнения техники передвижения на лыжах					<p>1-klass-urok-20-peredvizhenie-na-lyzhah-s-palkami-skolzyashim-shagom-5419609.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-lizhnaya-podgotovka-klass-3531647.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16533279557304519651</p>
30	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/01/11/prezentatsiya-lyzhnaya-podgotovka-dlya-1klassa</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1965780013026297939</p>
31	Техника ступающего шага во время передвижения	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizkulturi-v-klasse-stupayuschiy-shag-na-lyzhah-s-palkami-1512996.html</p> <p>Презентация (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/prezentatsiia_tekhnika_podiomov_iolochkoi_poluiolochkoi_stupaiushchim_skolziashe</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1965780013026297939</p>
32	Техника ступающего шага во время передвижения	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/04/26/konspekt-uroka-dlya-1-klassa-po-teme-stupayushchiy-i</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/01/11/prezentatsiya-lyzhnaya-podgotovka-dlya-1klassa</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097</p>
33	Имитационные упражнения техники	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-na-temu-skolzyashij-shag-na-lyzhah-s-palkami-4084545.html</p> <p>Презентация https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-fizkulture/80434-obuchenie-tehnike-klassicheskim-lyzhnym-hodam-</p>

	передвижения на лыжах скользящим шагом					shkole.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097
34	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/additional/189435/ Презентация (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/7202-prezentaciya-skolzjaschij-shag-na-lyzhah-s-palkami.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/9621558520497252369
35	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok_v_1_klassie_pieredvizhienie_na_lyzhakh_stupaiushchim_i_skol_ziashchim_sha Презентация https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-fizkulture/77722-skolzjaschij-shag-na-lyzhah-s-palkami.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1747241868099046829
36	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/175830-konspekt-uroka-po-lyzhnoy-podgotovke-peredvizhenie-skolzjaschim-shagom-s-palkami-1-klass.html Презентация https://intolimp.org/publication/priezientatsiia-k-uroku-fizkulturu.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097

	ии					
37	Чем отличается ходьба от бега	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/teoreticheskij-urok-po-lyogkoj-atletike-1-4-klass-4263199.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-chem-otlichaetsya-sportivnaya-hodba-ot-bega-chto-takoe-beg-vidi-bega-3622949.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14780691365615719209</p>
38	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/conspect/189309/</p> <p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/pourochnyj-plan-ravnomernyj-beg-7min-oru-cheredovanie-bega-i-hodby-beg-60m-hodba-90m-p-i-volk-vo-rvu-5817486.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-specialnye-begovye-uprazhneniya-1-klass-4235957.html</p>
39	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				<p>Урок (Образовательный портал) https://obrazovanie-gid.ru/konspekty/ravnomernyj-medlennyj-beg-do-3-min-konspekt-uroka-1-klass.html</p> <p>Презентация (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/59606-prezentaciya-beg-skorost-i-uprazhneniya-dlya-ee-uluchsheniya.html</p>
40	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-specialnye-begovye-uprazhneniya-vysokij-start-i-skorostnoj-beg-do-50-metrov-2-serii-1-klas-4964741.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-specialnye-begovye-uprazhneniya-1-klass-4235957.html</p>
41	Упражнения в	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/11/14/fk-estafety-beg-s-uskoreniem-1-klass</p>

	передвижение с изменением скорости					Презентация http://www.myshared.ru/slide/615148/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1211875609592827745
42	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/131483-tehnologicheskaya-karta-hodba-i-beg-v-kolonne-po-odnomu.html Урок (ВК) https://vk.com/wall-199311890_727
43	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-hodba-i-beg-v-kolonne-586877.html
44	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/12/22/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-hodba-i-beg-v
45	Обучение равномерному	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-hodba-i-beg-v-kolonne-586877.html

	му бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения					
46	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-klassa-tema-oznakomlenie-uchaschihsya-s-navikami-postroeniya-v-kolonnu-v-sherengu-i-b-666262.html Урок (ВК) https://vk.com/wall-199311890_747
47	Правила выполнения прыжка в длину с места	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/01/29/urok-v-1-klasse-po-teme-pryzhki-v-dlinu-s-mesta Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhok-v-dlinu-s-mesta-klass-2869743.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3404660371671374997
48	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1				Урок http://kochovo-shkola.ucoz.ru/obrazovanie2022/1klass/fizicheskaja_kultura.docx Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/pryzhkovye-uprazhneniya-odnovremennoe-ottalkivanie-dvumya-nogami-s-povorotami-6512614.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3404660371671374997
49	Приземлен	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-

	ие после спрыгиван ия с горки матов					kulture-na-temu-sprygivanie-i-zaprygivanie-na-gorku-matov-1-klass-6303936.html Урок (ВК) https://vk.com/wall-199311890_845 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya_po_fizicheskoy_kulture_na_temuopornyy_pryzhok.-337190.htm
50	Обучение прыжку в длину с места в полной координац ии	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/05/22/konspekt-uroka-na-temu-obuchenie-pryzhka-v-dlinu-s Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhok-v-dlinu-s-mesta-klass-2869743.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/9197222668758337268?from=tabbar_parent-reqid=1692778306784971-16258765955815651519-balancer-17leveler-kubryp-sas-136-BAL-4602 text=1+класс+физкультура+Обучение+прыжку+в+длину+с+места+в+полной+координации
51	Разучивани е техники выполнени я прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/razuchivaniie-tiekhniki-pryzhka-v-dlinu-i-vysotu.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-legkaya-atletika-tehnika-prizhkov-v-dlinu-i-v-visotu-1469860.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3712747690366881944
52	Разучивани е фазы приземлени я из	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/19/konspekt-na-temupryzhok-v-dlinu-s-razbegaumk Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-kak-nauchitsya-prygat-v-dlinu-s-mesta-1-4-klass-4237912.html

	прыжка					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5421510564606177399
53	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/26/konspekt-uroka-na-temu-pryzhok-v-dlinu-s-razbega-umk Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-oflajnu-uroku-1-klass-na-temu-tehnika-vypolneniya-opornogo-pryzhka-4686350.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3712747690366881944
54	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-prizhok-v-dlinu-s-mesta-klass-2396233.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhok-v-dlinu-s-mesta-klass-2869743.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3404660371671374997
55	Считалки для подвижных игр	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/schitalochki-dlia-podvizhnykh-igr.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-schitalochki-dlya-obuchayuschih-sya-nachalnoy-shkoli-2867272.html
56	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-1-klassa-na-temu-podvizhnye-igry-s-preobladaniem-prostyh-obsherazvivayushih-uprazhnen-5518517.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-1-h-klassov-na-temu-podvizhnye-sportivnye-igry-6117854.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6381376754676899588
57	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/05/19/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-tema-podvizhnye-igry-1 Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/04/18/podvizhnye-igry-0

	игр					Видеоурок https://dzen.ru/video/watch/628aecf4eaa26026f370d5db?f=video
58	Обучение способам организации и игровых площадок	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskie-razrabotki-uroka-po-fizicheskoj-kulture-po-teme-razvivayushie-podvizhnye-igry-v-1-klasse-6387269.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-metodika-i-organizaciya-podvizhnyh-igr-u-mladshih-shkolnikov-5634395.html
59	Обучение способам организации и игровых площадок	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/08/25/konspekt-uroka-po-podvizhnym-igram-1-4-klass Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/01/23/osobennosti-organizatsii-i-metodiki-provedeniya-podvizhnyh
60	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-1-klass-podvizhnye-igry-5392359.html Презентация https://bigslide.ru/pedagogika/26998-podvizhnie-igri.html
61	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/05/19/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-tema-podvizhnye-igry-1 Презентация https://pptcloud.ru/fizkultura/podv-igry
62	Разучивание подвижной	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-po-podvizhnim-igramobuchenie-igre-ohotniki-i-utki-454564.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6247847128654829854

	игры «Охотники и утки»					
63	Разучивани е подвижной игры «Охотники и утки»	1				Урок (Испоргал) https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-po-2.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3051168806996022626
64	Разучивани е подвижной игры «Не попади в болото»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-podvizhnie-igri-460022.html
65	Разучивани е подвижной игры «Не попади в болото»	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2023/05/18/kartoteka-podvizhnyh-igr
66	Разучивани е подвижной игры «Не оступись»	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/metodicheskoe-posobie-7.html
67	Разучивани е подвижной	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2021/09/15/podvizhnye-igry

	игры «Не оступись»					
68	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				Урок (100бальник.ком) https://100ballnik.com/wp-content/uploads/2023/08/RP_1-4_Fiz-ra_Variant_2.docx
69	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/scenariy-sportivnogo-razvlecheniya-osen-slavnaya-pora-3610710.html
70	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-vedenie-myacha-1835247.html
71	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				Урок (Испортал) https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html
72	Разучивание	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-s-

	е подвижной игры «Пингвины с мячом»					eliementami-ghimnastiki.html
73	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-199255338_490
74	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/otkrytyi-urok-po-gto-v-1-klasse.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-znakomstvo-s-gto-klasse-1767250.html
75	Основные правила, ТБ на уроках, особенности и проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kultury-v-1-klasse-na-temu-vypolnenie-normativov-vfsk-gto-4949874.html Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/prezentatsiia-gto-dlia-1-klassev.html
76	Освоение	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-

	правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры					sport/library/2017/02/19/podgotovka-uchashchihsya-k-vypolneniyu-normativov
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-klassa-podvizhnie-igri-kompleks-gto-1606851.html
78	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kulturi-po-teme-podvizhnie-igri-kompleks-gto-v-klasse-3408217.html

	<p>комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры</p>					
79	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры</p>	1				<p>Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/tiekhnologhichieskaia_karta_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_dlia_1_klassa_podviz</p>
80	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на</p>	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-v-1-klasse-sdacha-norm-gto-6227463.html</p>

	лыжах. Подвижные игры					
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-20.html
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-klassa-podvizhnie-igri-kompleks-gto-1606851.html
83	Освоение правил и техники	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/raboचाia-programma-vneurochnoi-deiatelnosti-pod-8.html

	выполнени я норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижны е игры					
84	Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижны е игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kultury-v-1-klasse-na-temu-vypolnenie-normativov-vfsk-gto-4949874.html
85	Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/tiekhnologichieskaia_karta_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_dlia_1_klassa_podviz

	бег. Подвижные игры					
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-brosok-nabivnogo-myacha-1-klass-4046824.html
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				Урок (Знанио) https://znanio.ru/media/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-po-teme-uprazhneniya-s-nabivnymi-myachami-podvizhnye-igry-1-klass-2619741

88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-v-1-klasse-sdacha-norm-gto-6227463.html
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/razrabotka-uroka-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-1.html

	Подвижные игры					
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/tiekhnologhichieskaia-karta-uroka-po-fizkul-turie-v-1-klassie.html
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места	1				Урок https://uchsvet.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoj-kulture-dlya-1-klassa-podvizhnye-igry-kompleks-gto/

	толчком двумя ногами. Подвижны е игры					
92	Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастиче ской скамье. Подвижны е игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-testirovanie-naklona-vpered-iz-polozheniya-stoya-3542592.html
93	Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/fizichieskaia-kul-tura-tiema-tiestirovaniie-naklona-vpierioid-iz-polozhienii-stoia-ighra-klass-smirno-ighra-pravil-nyi-nomier.html

	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастиче ской скамье. Подвижны е игры					
94	Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижны е игры	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/metodicheskaiia-razrabotka-po-podgotovke-uchashchik.html
95	Освоение правил и техники выполнени я	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/21/urok-estafeta-po-normam-gto

	<p>норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры</p>					
96	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры</p>	1				<p>Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/08/18/testirovanie-chelnochnogo-bega-3-h-10-metrov-na-vremya</p>
97	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.</p>	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-chelnochniy-beg-metrov-klass-2027404.html</p>

	Челночный бег 3*10м. Подвижные игры					
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2022/04/09/test-gto-1-2-stupen-1-4-klassy
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/test-na-znanie-kompleksa-gto-stupeni-dlya-klassa-586185.html
ОБЩЕЕ		99	0	0		

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				
-------------------------------------	--	--	--	--

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/conspect/223902/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-kak-voznikli-pervie-sorevnovaniya-klass-po-ap-matveevu-2218354.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4844435340099001590
2	Зарождение Олимпийских игр	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/conspect/190520/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-istoriya-vozniknoveniya-olimpiyskih-igr-klass-324718.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/2385782542365961488
3	Современные Олимпийские игры	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/okruzhayushchii-mir/2012/12/17/konspekt-uroka-na-temu-olimpiyskie-igry Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prieziantsiia-k-teorietichieskomu-uroku-fizichi.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/8431810034974560181
4	Физическое развитие	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/190627/ Презентация https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-fizkulture/80412-fizicheskoe-razvitie-shkolnikov.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16371159371167346311?tmpl_version=relea

						ses%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1166.0%23c9d7ae5fd3e207d2094b3f696a3e77e0730956ac
5	Физические качества	1	0	1		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/190627/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-fizicheskie-kachestva-cheloveka-2-klass-4459827.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16371159371167346311
6	Сила как физическое качество	1	0	1		Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/plan-konspekt-uroka-fizkul-tury-vo-2a-klassie-tie.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/03/15/fizicheskie-kachestva
7	Быстрота как физическое качество	1	0	1		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190874/ Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-na-temu-fizicheskoe-kachestvo-bystro.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5601027372337057382
8	Выносливость как физическое качество	1	0			Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-razvitiye-vynosl.html Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/kolesnikova-olesia-mikhailovna.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11502821689192684701
9	Гибкость как физическое качество	1	0	1		Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-po-teme-razvi-1.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-gibkost-1-4-klassy-5295935.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16371159371167346311
10	Развитие координации движений	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-klass-po-teme-razvitiye-koordinacii-3457819.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-primenenie-sorevnovatelnoigrovih-zadaniy-dlya-razvitiya-koordinacionnih-sposobnostey-3747301.html
11	Развитие	1	0	0		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-

	координации движений					kulture-klass-po-teme-razvitie-koordinacii-3457819.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-primenenie-sorevnovatelnoigrovih-zadaniy-dlya-razvitiya-koordinacionnih-sposobnostey-3747301.html
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	0		Урок (ВК) https://vk.com/wall-206825240_994 Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/dnevnik-samokontrolya-2-4-klass-4397017.html
13	Закаливание организма	1	0	0		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/conspect/190574/ Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-dlya-2-klassa-na-temu-zakalivanie-5019362.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-pogovorim-o-zakalivanii-klassi-588256.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6590938022573256462
14	Утренняя зарядка	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/kompleks-utrenney-gimnastiki-dlya-klassa-3646677.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-utrennyaya-gimnastika-2-klass-4221243.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7958329430322952636
15	Составление комплекса утренней зарядки	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/kompleks-utrenney-gimnastiki-dlya-klassa-3646677.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-utrennyaya-gimnastika-2-klass-4221243.html
16	Правила поведения на уроках гимнастики и	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/konspekt-uroka-po-fizkul-turie-2.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnosti-na-urokah-gimnastiki-1-4-klassy-4591565.html

	акробатик и				Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14420342626450610523
17	Строевые упражнения и команды	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-stroevaya-podgotovka-2klass-6087368.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-stroevye-uprazhneniya-v-nachalnoj-shkole-5255825.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/174445681709770806
18	Строевые упражнения и команды	1			Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/191321/ Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/legkaia-atletika-stroevye-uprazhneniia-2-klass.html Презентация (Знанию) https://znanio.ru/media/prezentatsiya-stroevye-uprazhneniya-2650776 Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15207858097080999749?from=tabbar-parent-reqid=1692868750550096-8906833550863912342-balancer-17leveler-kubr-yp-vla-59-BAL-2376;text=2+класс+физкультура+презентация+Строевые+упражнения+и+команды
19	Прыжков ые упражнения	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/2-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-pryzhkovye-uprazhneniya-na-odnoj-noge-i-dvuh-nogah-na-meste-i-s-prod-4137178.html
20	Прыжков ые упражнения	1			Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2023/06/20/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-pryzhki-v-dlinu-2
21	Гимнастич еская разминка	1			Урок (ВК) https://vk.com/wall-208553409_874
22	Ходьба на	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-

	гимнастической скамейке				tehnika-bezopasnosti-ravnovesie-hodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-2-klass-5076658.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-hodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-4280569.html
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1			Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/12/06/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-ravnovesie-hodba Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4397181904565816710
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-po-fizicheskoy-kulture-vo-klasse-po-fgosprizhki-cherez-skakalku-3857821.html Урок (ВК) https://vk.com/wall-210506544_753 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-kompleks-uprazhneniy-na-skakalke-3607024.html
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2012/09/14/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-po-teme-pryzhki Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/2953736746152180255
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/razrabotka-uroka-fizkulturi-vo-klasse-uprazhneniya-s-myachami-1935063.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-uroka-po-fizkulture-na-temu-shkola-myacha-uprazhneniya-i-igrovie-zadaniya-s-myachom-na-meste-klass-872741.html
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1			Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/11/22/urok-dlya-2-klassa-uprazhneniya-s-myachami Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3328296588515616120
28	Танцеваль	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-fizkultura-v-

	ные гимнастические движения					ritme-tanca-2-klass-5015764.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdorovesbergayushie-tehnologii-v-nachalnoj-shkole-tancevalnaya-aerobika-kak-tretij-chas-fizkultury-2-klass-5764273.html
29	Танцевальные гимнастические движения	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/09/28/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-ritmike Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4800615048155748900
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/fizicheskaya-kultura-2-klass-shkola-rossii-obyasnenie-pravil-bezopasnogo-povedeniya-na-urokah-lyzhnoj-podgotovki-razuchivanie-ig-5073130.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-instruktazh-po-tehnike-bezopasnosti-na-urokah-lizhnoj-podgotovki-dlya-klassov-3867602.html
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoy-kulture-poperemennyj-dvushazhnyj-hod-2-klass-6378850.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-poperemenniy-dvushazhnyj-hod-3745565.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5678263770940878474
32	Спуск с горы в основной стойке	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-obuchayuschih-sya-klassa-1154629.html Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-lizhnoj-podgotovke-spuski-i-podemi-854313.html
33	Спуск с	1				Урок (Открытый урок) https://urok.1sept.ru/articles/698497

	горы в основной стойке					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6953637537692298190?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1167.0%23dd02ead42fc12a286b413187db6c76683afb5316
34	Подъем лесенкой	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-uchaschihsya-klassa-lizhnaya-podgotovka-podyom-lesenkoy-v-uklon-3189562.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/2006071135748967222
35	Подъем лесенкой	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/130307-tehnologicheskaya-karta-uroka.html Презентация (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/120599-prezentaciya-lyzhnye-hody-osnovy-tehniki.html
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-sovershenstvovanie-spuskov-i-podyomov-2-klass-5123005.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-lyzhnaya-podgotovka-teoreticheskij-material-dlya-2-klassa-4901521.html
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/lyzhnaia_podghotovka_podiemy_i_spuski_pod_uklon Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12340109460975385229?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1167.0%23dd02ead42fc12a286b413187db6c76683afb5316
38	Торможение лыжными палками	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-tormozhenie-padeniem-na-lyzhah-s-palkami-5797412.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7956532377251670699
39	Торможение лыжными	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/191180/ Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/02/14/sposoby-tormozheniya-na-lyzhah

	палками					
40	Торможен ие падением на бок	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizkultura-2-klass-6494253.html Презентация https://intolimp.org/publication/priezientatsiia-na-tiemu-spuski-tormozhieniie-povoroty-na-urokakh-lyzhnoi-podgho.html
41	Торможен ие падением на бок	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/main/191185/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7956532377251670699
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/02/19/metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoi-kulture-2-klass-4237390.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/8120999985717725602
43	Броски мяча в неподвиж ную мишень	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/04/07/konspekt-uroka-na-temu-metanie-malogo-myacha-v-mishen Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-nachalnoj-shkoly-metanie-myacha-4350251.html
44	Броски мяча в неподвиж ную мишень	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-broski-myacha-v-cel-razlichnymi-sposobami-2-klass-4898356.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/713952639031082324
45	Сложно координир ованные прыжковы	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/2-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-pryzhkovye-uprazhneniya-na-odnoj-noge-i-dvuh-nogah-na-meste-i-s-prod-4137178.html

	е упражнен ия					
46	Сложно координир ованные прыжковы е упражнен ия	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208746463_718 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-i-prizhkovie-uprazhneniya-1213402.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16634243400860209570?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1167.0%23dd02ead42fc12a286b413187db6c76683afb5316
47	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-pryzhok-v-vysotu-s-razbega-2-klass-4314414.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-v-visotu-s-razbega-1070415.html
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/17/plan-konspekt-uroka-dlya-obuchayushchihsya-2-go-klassa Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3712747690366881944
49	Сложно координир ованные передвиже ния ходьбой по гимнастич еской скамейке	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tekhnologicheskaja-karta-uroka-2-klass-tema-uroka.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7000837806114015491
50	Сложно	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-206998919_1505

	координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-hodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-4280569.html
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперед и стороны, разведением и сведением рук	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-206998919_1460
52	Бег с поворотами и изменением направлений	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-2-klass-beg-s-izmenenie-napravleniya-5202004.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1365931630125331869

53	Бег с поворотами и изменением направлений	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/01/24/razrabotka-uroka-po-fizkulture-po-teme-hodba-i-beg-s Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16055634851616107705
54	Сложно координированные беговые упражнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/18/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-0
55	Сложно координированные беговые упражнения	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208746463_902
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/08/22/podvizhnye-igry-s-elementami-sportivnyh-igr Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/01/21/prezentatsiya-po-fizkulture-podvizhnye-igry Урок (Видеоурок) https://dzen.ru/video/watch/6300e7a6384d1260a35dd525?f=video
57	Игры с приемами баскетбола	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kulturi-na-temu-podvizhnie-igry-s-elementami-basketbola-klass-807870.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-basketbol-klass-1272182.html

58	Игры с приемами баскетбола	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/12/konspekta-uroka-podvizhnye-igry-na-osnove-basketbola-2-klass Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12375132820496731734
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-vo-klasse-razdel-podvizhnie-igri-na-baze-basketbola-tema-uroka-lovlya-i-peredacha-myac-2832158.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temuelementi-basketbola-v-nachalnoy-shkole-841373.html
60	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/18/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-1 Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/567965536572422978
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-k-uroku-vo-2-klasse-4575495.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-broski-myacha-v-basketbole-622964.html
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/03/11/fizicheskaya-kultura-tema-broski-myacha-v-koltso-raznymi Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/567965536572422978
63	Прием «волна» в баскетбол	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/10/07/konspekt-po-basketbolu Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/13698969693111941442

	е					
64	Прием «волна» в баскетболе	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-igra-basketbol-1272214.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-basketbol-klass-1272182.html
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kulturi-po-teme-futbol-razvitie-skorostnosilovih-kachestv-podvizhnie-igri-na-materiale-3900880.html Презентация https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura/vidy-sporta/igri/futbol
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/tehnologicheskaja-karta-podvizhnaia-igra-metko-v.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1021375508933870389
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnaia-igra-gonka-miachei-po-krugu.html
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizkulturi-po-teme-slalom-s-myachom-640789.html
69	Футбольный бильярд	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/pravila-igry-futbolnyj-bilyard-4547880.html
70	Футбольный бильярд	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208780102_149

71	Бросок ногой	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-vo-klasse-na-temu-elementi-futbola-3989650.html
72	Бросок ногой	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/conspect/224006/
73	Подвижные игры на развитие равновесия	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok_po_fizicheskoy_kulture_po teme_uprazhneniya_v_ravnovesii_2_klass-491980.htm Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14056715806026369733
74	Подвижные игры на развитие равновесия	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok_po_fizichieskoi_kul_turie_vo_2_klassie_razvitiie_ravnoviesiia
75	Правила выполнения спортивных нормативов в 2 ступени	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tablica-normativov-po-fizkulture-2-klassa-5832081.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-i-i-stupeni-gto-3205501.html
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление	1				Урок https://runetmir.com/sportnorm/normativy-2-klass-po-fizkulture Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16713548367831133236

	здоровья через ВФСК ГТО					
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/beg-na-metrov-klass-1565511.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-sportivnomu-prazdniku-mi-gotovi-k-gto-dlya-klassov-1922761.html
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/2-klass-podgotovka-k-gto.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16713548367831133236
79	Освоение правил и техники выполнения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/kalendarno-tematicheskoe-planirovanie-2-klass-s-gto-4972581.html

	норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение					
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1				Урок (БК) https://vk.com/wall-208330856_777
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-na-temu-igrovое-gto-2-klass-6139231.html

	передвижение по пересеченной местности · Подвижные игры					
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности · Подвижные игры	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-kompleks-gto.html
83	Освоение правил и техники	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-polyzhoj-podgotovke-na-temu-prohozhdenie-distancii-1-km-6139608.html

	выполнен ия норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					
84	Освоение правил и техники выполнен ия норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Урок (Знанио) https://znanio.ru/media/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kultury-2-klass-estafety-na-lyzhah-i-sankah-2713702
85	Освоение правил и техники выполнен ия норматива комплекса ГТО. Подтягива ние из	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/195074-urok-po-podgotovke-k-sdache-normativov-gto-dlya-nachalnyh-klassov.html

	<p>виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>					
86	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и</p>	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/conspect/226183/</p>

	разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/195074-urok-po-podgotovke-k-sdache-normativov-gto-dlya-nachalnyh-klassov.html
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/conspect/226183/

	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты					
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-vo-2-klasse-tema-uroka-testirovanie-naklonov-vperyod-iz-polozheniya-stoya-4668159.html
90	Освоение правил и техники выполнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/09/konspekt-uroka-na-temu-testirovanie-naklona-vpered-iz

	<p>норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры</p>					
91	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты</p>	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-uchebnomu-predmetu-fizicheskaya-kultura-vo-klasse-na-temu-podgotovka-k-sdache-norm-gto-prizhok--3195453.html</p>
92	<p>Освоение правил и</p>	1				<p>Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/05/11/konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-po-temepryzhki-v-dlinu-s</p>

	<p>техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты</p>					
93	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры</p>	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizkultury-vo-2-klasse-po-propagande-fsk-gto-5375762.html</p>

94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/razrabotka-uroka-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-1.html
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-na-temu-igrovoe-gto-2-klass-6139231.html

	е игры					
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/190817/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/conspect/190653/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16713548367831133236
98	Освоение правил и	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-sovershenstvovanie-chelnochnogo-bega-podgotovka-k-

	техники выполнен ия норматива комплекса ГТО. Челночны й бег 3*10м. Эстафеты					sdache-normativov-kompleksa-gto-k-2340278.html
99	Освоение правил и техники выполнен ия норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижны е игры	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/programma-po-fizicheskoi-kulture-2-klass-2.html?login=ok
100	Освоение правил и техники выполнен ия норматива комплекса	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen

	ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры					
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/metodicheskaja-razrabotka-sportivnogo-prazdnika-gt.html
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/sportivnyi_prazdnik_vesiolye_starty_gto_shagaet_po_planete

соблюден ием правил и техники выполнен ия испытани й (тестов) 2 ступени ГТО					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	0	0		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1	0	0		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/main/192782/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-vozniknovenie-fiz-ry-v-drevnem-mire-4653823.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5067141944807315910
2	История появления современного спорта	1	0	0		Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok_po_f_k_na_tiemu_istoriia_vozniknoveniia_razlichnykh_vidov_sporta Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-kogda-i-kak-voznikli-fizicheskaya-kultura-i-sport-klass-1253885.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10157725952270110368
3	Виды физических упражнений	1	0	0		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/conspect/192803/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-vdy-sporta-3-lass-5318905.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3240036458060262661
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	0	1		Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/79121-plan-konspekt-uroka-vliyanie-fizicheskikh-uprazhneniy-na-organizm-cheloveka-3-klass.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-kak-izmerit-svoe-zdorove-klass-1057256.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/2106753552570960803

5	Дозировка физических нагрузок	1	0	0	<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-konspekt-na-interaktivnyj-video-urok-po-predmetu-fizicheskaya-kultura-dlya-3-klassa-urok-2-fizicheskaya-nagruzka--5415114.html</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/04/20/fizicheskaya-nagruzka</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3240036458060262661</p>
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	0	1	<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/conspect/192918/</p> <p>Презентация (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/71822-prezentaciya-razvitie-fizicheskikh-kachestv-metodom.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4404700424521490087</p>
7	Закаливание организма под душем	1	0	0	<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/main/192865/</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-zakalivanie-detey-klass-2321037.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11895779939228254407</p>
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	1	<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-s-ispolzovaniem-zdorovesberegayuschih-tehnologiy-gimnastika-klass-2195198.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-prezintaciya-dyhatelnaya-gimnastika-3-klass-6626522.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10165429133167872340</p>
9	Строевые	1	0	1	<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-po-stroevie-podgotovke-v-</p>

	команды и упражнения					klasse-3451295.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-stroevye-uprazhneniya-v-nachalnoj-shkole-5255825.html
10	Строевые команды и упражнения	1	0	1		Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-fizkulturnogo-zaniatia.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/8777265125995832560
11	Лазанье по канату	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-lazane-po-kanatu-3-klass-5058131.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-raznovidnost-tehnik-lazaniya-po-kanatu-5277616.html
12	Лазанье по канату	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/06/15/konspekt-uroka-po-teme-lazanie-po-kanatu-v-3-priyoma Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/17204955342944429325
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/khodba-po-gimnasticheskoi-skameike-s-perekladyvani.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/04/22/lazanie-po-gimnasticheskoy-skameyke
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-tema-uroka-gimnastika-obuchenie-lazanyu-po-gimnasticheskoy-skameyke-s-perehodom-n-1910483.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3062585489718603163?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1167.0%23dd02ead42fc12a286b413187db6c76683afb5316
15	Передвиж	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-uroka-

	ения по гимнастической стенке					po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-na-temu-lazane-po-gimnasticheskoy-stenke-pristavnimi-shagami-964178.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3737994800206941054
16	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/08/25/konspekt-uroka-po-gimnastike-3-klass Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/08/18/prezentatsiya-lazanie-iperelazanie
17	Прыжки через скакалку	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fk-3-klass-prizhki-v-skakalku-4020425.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12433878597473823500
18	Прыжки через скакалку	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/26/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-pryzhki-v Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/06/07/pryzhki-na-skakalke
19	Ритмическая гимнастика	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-ritmicheskaya-gimnastika-1057592.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15366986502053745358
20	Ритмическая гимнастика	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/03/28/konspekt-uroka-po-ritmicheskoy-gimnastike Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/05/07/ritmika-i-aerobika-v-nachalnoy-shkole
21	Танцевальные упражнения из	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-klass-shkola-rossii-osvoenie-tancevalnih-uprazhneniy-i-razvitiye-koordinacii-shagi-galopa-v-800690.html Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-na-temu-

	танца галоп					tantsevalnaia-aerobika-kak-t.html
22	Танцеваль ные упражнен ия из танца галоп	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/03/08/konspekt-uroka-ritmika Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11719983220699116611
23	Танцеваль ные упражнен ия из танца полька	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-klass-shkola-rossii-osvoenie-tancevalnih-uprazhneniy-i-razvitie-koordinacii-shagi-galopa-v-800690.html
24	Танцеваль ные упражнен ия из танца полька	1				Урок https://tak-to-ent.net/load/214-1-0-2959 Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6273311430670639703
25	Прыжок в длину с разбега	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/08/konspekt-uroka-na-temu-pryzhki-v-dlinu-s-razbegamk Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5728812696471371862
26	Прыжок в длину с разбега	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhkovie-uprazhneniya-prizhok-v-dlinu-s-razbega-klass-2274646.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-kl-prizhok-v-dlinu-s-razbega-3718346.html

27	Броски набивного мяча	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-na-temu-razvitie-silovih-kachestv-brosok-nabivnogo-myacha-kg-2765604.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-metanie-nabivnogo-myacha-4990331.html
28	Броски набивного мяча	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-otkrytogo-uroka-po-fizkulture-3-klas.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14696862967655067636?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1167.0%23dd02ead42fc12a286b413187db6c76683afb5316
29	Челночный бег	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-chelnochnyj-beg-3h10-3-klasse-5542671.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-chelnochnyj-beg-3-klasse-4234676.html
30	Челночный бег	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/conspect/226580/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18002666096253089131?from=tabbar-parent-reqid=1692894558895016-10147691571206109567-balancer-17leveler-kubr-yp-sas-83-BAL-5727text=3+класс+физкультура+презентация+Челночный+бег
31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/278855/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16366734494963122754
32	Бег с ускорением на	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-po-razdelu-programmi-legkaya-atletika-na-temu-beg-na-korotkie-distancii-klasse-1117001.html

	короткую дистанцию					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-tehnika-bega-na-korotkie-distancii-3-klass-6059462.html
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-begovie-uprazhneniya-klass-2571558.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15310200053821772772
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-199311890_763 Урок (Испортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/04/25/konspekt-uroka-na-temu-spetsialno-begovye-uprazhneniya
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/conspect/193589/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnie-hodi-osnovi-tehniki-peredvizheniya-na-lizhah-1182711.html
36	Передвижение на лыжах одновременным	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/04/07/plan-konspekt-uroka-dlya-3-klassa-na-temu-odnovremennyy Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6158665137976545522

	двухшажн ым ходом					
37	Повороты на лыжах способом переступа ния на месте	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-teme-povorot-na-meste-s-perestupaniem-lizh-klass-1250981.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-povoroti-1673065.html
38	Повороты на лыжах способом переступа ния на месте	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/03/26/konspekt-uroka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6522951773991321104
39	Повороты на лыжах способом переступа ния в движении	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/povorot-perestupaniem-prohozhdenie-distancii-1-5-km-3b-4148015.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-lizhnaya-podgotovka-klass-3393225.html
40	Повороты на лыжах способом переступа ния в движении	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/03/26/konspekt-uroka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15996635731460236327
41	Повороты на лыжах способом	1	0	1		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/03/26/konspekt-uroka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5696061044983734736

	переступа ния					
42	Повороты на лыжах способом переступа ния	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-teme-povorot-na-meste-s-perestupaniem-lizh-klass-1250981.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-povoroti-1673065.html
43	Торможен ие на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	1		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/conspect/223779/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7650540942631719194
44	Торможен ие на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/1-zakreplenie-poperemennogo-dvuhshazhnogo-lyzhnogo-hoda-2-sovershenstvovanie-podema-v-goru-sposobom-lesenka-tormozhenie-sposobom-6508930.html Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/obuchenie-spusku-na-lizhah-3842624.html
45	Скольжен ие с пологого склона с	1	0	1		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tehnika-peredvizheniya-na-lizhah-klass-3100065.html Презентация (Инфоуроков) https://infourok.ru/prezentaciya-sposobi-

	поворота ми и торможением					podemov-spuskov-i-tormozheniya-v-lizhnom-sporte-1929819.html
46	Скольжение с пологого склона с поворота ми и торможением	1	0	1		Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/3-klass-lyzhnaia-podghotovka-pourochnye-plany.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12925721935666286089
47	Правила поведения в бассейне	1	0	0		Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5135/conspect/194458/ Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-konspekt-na-interaktivnyj-video-urok-po-predmetu-fizicheskaya-kultura-dlya-3-klassa-urok-50-ya-uznayu-o-bassejne-5418824.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-plavaniyu-pravila-povedeniya-v-bassejne-stili-plavanya-1650746.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10257830087636756201
48	Разучивание специальных плавателей упражнений	1	0	0		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-obuchenie-dvizheniyam-ruk-i-nog-pri-plavanii-sposobom-krol-na-spine-brass-2470855.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-obucheniya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-plavaniyu-2452066.html
49	Упражнения	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/02/03/tekhnologicheskaya-katrt-a-uroka-po-plavaniyu

	ознакомит ельного плавания: передвиж ение по дну ходьбой и прыжкам и					Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-uchimsia-plavat.html
50	Упражнен ия ознакомит ельного плавания: передвиж ение по дну ходьбой и прыжкам и	1	0	0		Урок (Продленка) https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/61732-konspekt-uroka-po-plavaniju-dlja-3-klassa
51	Упражнен ия ознакомит ельного плавания: погружен ие в воду и всплыван	1	0	0		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekty-urokov-po-plavaniju-dlya-uchashihsya-nachalnyh-klassov-4481604.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/11/14/prezentatsiya-po-obucheniyu-plavaniju

	ие					
52	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплывание	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/03/26/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturyplavanie
53	Упражнения в плавании кролем на груди	1	0	0		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-plavaniyu-3-klass-5744718.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4327626489788013998
54	Упражнения в плавании кролем на груди	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2014/02/19/konspekt-po-plavaniyu-dlya-uchashchikhsya-3-5-klassov-tema Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-plavaniyu-na-temu-krol-na-grudi-304441.html
55	Упражнения в плавании брассом	1	0	0		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-plavanie-brassom-3-klass-6050169.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/13017785139454140484
56	Упражнения в плавании брассом	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2012/09/15/konspekt-uroka-po-plavaniyu-v-3-klasse Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2022/04/11/prezentatsiya-k-zanyatiyu-plavanie-brassom

57	Упражнения в плавании дельфином	1	0	0		Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskaya-kultura-plavanie-3-klass-izuchenie-tehniki-plavaniya-sposobom-delfin-6511276.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-plavaniyu-plavanie-sposobom-delfin-4230119.html
58	Упражнения в плавании дельфином	1	0	0		Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/02/25/plan-konspekt-zanyatiya-po-plavaniyu-tema-delfin Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7994146316561785868
59	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-uroka-metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture-podvizhnye-igry-s-elementami-sportivnyh-i-5852650.html
60	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				Урок https://childphysicaled.livejournal.com/181809.html
61	Спортивн	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/conspect/224224/

	ая игра баскетбол					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16828572868901162209
62	Спортивная игра баскетбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-basketbol-3-klass-5130393.html Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-basketbol-klass-2053303.html
63	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizkulturi-klass-tehnika-vedeniyalovli-i-peredachi-basketbolnogo-myacha-3485026.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/03/28/peredacha-i-lovlya-basketbolnogo-myacha
64	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-uroka-po-basketbolu-dlia-3-go-klas-2.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6127444416337381377
65	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/podvizhnie-igri-s-elementami-basketbola-dlya-klassov-2234825.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-teme-podvizhnie-igri-i-estafeti-s-elementami-basketbola-vedenie-myacha-na-meste-levoy-i-pravoy-rukamipoperemenno-3646430.html

66	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/04/16/urok-podvizhnykh-igr-s-elementami-basketbola-3-y-klass Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12375132820496731734
67	Спортивная игра волейбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-volejbol-3-klass-5230167.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4743808393047819859
68	Спортивная игра волейбол	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/09/25/urok-voleybola-v-3-klasse Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-fizicheskoj-kultury-na-temu-volejbol-3-klass-6057669.html
69	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/conspect/194151/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-volejbol-obuchenie-tehnike-priyoma-i-peredachi-myacha-dvumya-rukami-snizu-na-meste-i-4344146.html
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/sovershenstvovanie-nizhniaia-priamaia-podacha-3-kl.html Видеоурок https://dzen.ru/video/watch/62fca364a316be0a40aebdf0?f=video

	снизу двумя руками на месте и в движении					
71	Спортивн ая игра футбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-3-klasse-po-teme-futbol-4361237.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-futbol-klass-3065086.html
72	Спортивн ая игра футбол	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/10/20/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kultury-v-3-klasse Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/283776198659326484
73	Подвижн ые игры с приемами футбола	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-v-3-klasse-p.html
74	Подвижн ые игры с приемами футбола	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/fizicheskaya-kultura-3-klasse-futbol-4500767.html
75	Правила выполнен ия спортивн ых норматив ов 2-3 ступени	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-klass-obuchenie-tehnike-vipolneniya-fizicheskikh-uprazhneniy-kompleksa-gto-712483.html Урок https://runetmir.com/sportnorm/normativy-3-klasse-po-fizkulture Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html

76	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-po-gto-dlya-klassov-gtoput-k-zdorovyu-2112991.html</p> <p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/konspekt-otkrytogo-uroka-igrovoe-gto-3-klass.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-tehnika-bezopasnosti-na-urokah-fizicheskoy-kulturi-klass-3409766.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10320262690263229772</p>
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kultury-v-3-klasse-tema-beg-30-metrov-estafetnyj-beg-podvizhnye-igry-5746970.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16366734494963122754</p>
78	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/03/04/beg-30-metrov-3-klass</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/04/06/30-m</p>

	комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты					
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/12/05/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tb-beg-kross
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kultury-v-3-klasse-tema-tempovoj-beg-malchiki-1-km-devochki-500-m-preodolenie-gorizontalnyh-i-vertikalnyh-prepy-5746980.html
81	Освоение правил и техники выполнения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-obuchenie-tehnike-vypolneniya-fizicheskikh-uprazhnenij-kompleksa-gto-5610712.html

	норматив а комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящ ие упражнен ия					
82	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящ ие упражнен ия	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/21/urok-estafeta-po-normam-gto
83	Освоение правил и техники выполнен	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/17/konspekty-urokov-po-lyzhnoy-podgotovke-3-4kl

	ия норматив а комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					
84	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/3-klass-lyzhnaia-podgotovka-pourochnye-plany.html
85	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО.	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-dlia-razvitiia-myshts-ruk-briushno.html

	<p>Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>					
86	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине –</p>	1				<p>Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/01/21/uprazhneniya-dlya-vypolneniya-norm-gto-po</p>

	мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/04/18/konspekt-uroka-na-temu-tehnika-spetsialno-begovyh
88	Освоение правил и техники выполнения	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-76633380_29963 Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-dlia-uchashchikhsia-3-4-klassov-gto.html

	<p>ия норматив а комплекса ГТО. Подтягив ание из виса лежа на низкой переклади не 90см. Эстафеты</p>					
89	<p>Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Наклон вперед из положени я стоя на гимнасти ческой скамье. Подвижн ые игры</p>	1				<p>Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/02/20/tehnologicheskaya-karta-uroka-testirovanie-naklona Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11766989189822700110</p>

90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-podgotovka-k-gto-naklon-vpered-iz-polozheniya-stoya-na-gimnasticheskoy-skame-5777082.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html</p>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-v-dlinu-s-mesta-klass-po-fgos-715339.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-sdayom-normi-gto-v-klasse-988749.html</p>

	толчком двумя ногами. Эстафеты					
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/08/28/konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-v-3-klasse-pryzhok-v Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/17417943960900603279
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/kompleks-uprazhnenii-dlia-podgotovki-k-vypolneniiu.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-podgotovke-k-vipolneniyu-kompleksa-gto-1750103.html

	Подниман ие туловища из положени я лежа на спине. Подвижн ые игры					
94	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Подниман ие туловища из положени я лежа на спине. Подвижн ые игры	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/tehnologicheskaja_karta_uroka_fizicheskoj_kultury_na_temu_testirovanie_podioma Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/99539014994863667
95	Освоение правил и	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-na-temu-metanie-myacha-klass-3200280.html

	<p>техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры</p>					<p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-uchaschihsya-klassov-1018084.html</p>
96	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча</p>	1				<p>Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/04/02/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-po-razdelu Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11240264410687746945</p>

	весом 150г. Подвижные игры					
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizkultury-3-klass-tehnika-chelnochnogo-bega-3-10-6112680.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-chelnochnyj-beg-3-klass-4234676.html
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/04/20/konspekt-otkrytogo-uroka-3-a-klassa-po-fizicheskoy-kulture-5 Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18002666096253089131

	Эстафеты					
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5135/conspect/194458/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/organizaciya-i-priyom-normativov-gto-po-plavaniyu-6110130.html
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/uchebnaya-programma-po-fizicheskoj-kulture-modul-plavanie-3-4-5-6-7-klassy-6136214.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5162015349751342708
101	Соревнования «А»	1				Проект (Открытый урок) https://urok.1sept.ru/articles/687899

	ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени					
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				Проект, презентация https://shareslide.ru/sport/prezentatsiya-proekt-my-snova-sdayom-gto
ОБЩЕЕ		102	0	0		

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				
-------------------------------------	--	--	--	--

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/conspect/194574/</p> <p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/istoriya-razvitiya-fizicheskoy-kulturi-v-rossii-1886732.html</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/11/21/iz-istorii-fizicheskoy-kultury</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6252693413792527102</p>
2	Из истории развития национальных видов спорта	1				<p>Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt_uroka_natsionalnye_vidy_sporta</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-nacionalnie-vidi-sporta-3305114.html</p>
3	Самостоятельная физическая подготовка	1				<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/zadaniia-dlia-samostoiatelnoi-raboty-po-fizichesko.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-samostoyatelnie-zanyatiya-fizicheskimi-uprazhneniyami-525021.html</p>
4	Влияние занятий физическо	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/vliyanie-fizicheskoy-kulturi-i-sporta-na-zdorove-cheloveka-dlya-uchaschihsya-klassov-2088980.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoi-</p>

	й подготовк ой на работу систем организма					kulture-na-temu-vliyanie-fizicheskikh-uprazhnenij-na-osnovnye-sistemy-organizma-5046859.html
5	Оценка годовой динамики показателе й физическо го развития и физическо й подготовле нности	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/12/23/monitoringa-urovnya-fizicheskogo-razvitiya-i-razvitiya Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya_po_fizicheskoy_kulture_na_temu_monitoring_urovnya_fizicheskogo_razvitiya-328693.htm
6	Правила предупреж дения травм на уроках физическо й культуры	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/plan_konspekt_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_dlia_4_klassa Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/04/09/pravila-tehniki-bezopasnosti-na-urokah-fizkultury
7	Оказание первой помощи на	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4595/main/194995/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-pervaya-pomosh-pri-razlichnyh-povrezhdeniyah-3-4-klass-

	занятиях физической культуры					6661862.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5356841163907171373
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/fizicheskie-uprazhneniya-dlya-profilaktiki-narusheniya-osanki-dlya-klassa-1733227.html Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/master-klass-na-temu-izbitochniy-ves-u-detey-1001283.html
9	Закаливание организма	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/conspect/279145/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-zakalivanie-i-zdorove-klass-1499988.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14215752910151179900
10	Предупреждение травм при выполнении и гимнастических и акробатических упражнений	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-variant-kl-fizkultura-pravila-bezopasnosti-na-zanyatiyah-fizicheskimi-uprazhneniyami-po-gimnastike-otrabotka-tehniki-ak-2881812.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-preduprezhdenie-travmatizma-na-urokah-gimnastiki-3125512.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15848944711782330987
11	Акробатическая	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-gimnastike-na-temu-akrobaticeskaya-kombinaciya-klass-2305819.html

	комбинация					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4715860014975270091
12	Акробатическая комбинация	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plan-konspiect-uroka-v-4-klassie-gimnastika-akroba.html Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-akrobatika-1-4-klassy.html
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-dlya-4-klassa-opornyj-pryzhok-cherez-gimnasticheskogo-kozla-4430671.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-fizkulture-na-temu-gimnastika-oporniy-prizhok-klass-542998.html
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/conspect/224791/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18159289760886703489
15	Поводящие упражнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/06/24/opornyy-pryzhok-obuchenie Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18159289760886703489

	я для обучения опорному прыжку					
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/razrabotka-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-4-klassa-oporniy-pryzhok-cherez-kozla-6705011.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-fizkulture-na-temu-gimnastika-oporniy-pryzhok-klass-542998.html
17	Обучение опорному прыжку	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/conspect/224791/ Презентация (Учителя.ком) https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/192661-prezentaciya-opornyy-pryzhok-nachalnaya-shkola.html
18		1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-po-teme-opornyi.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3606969383343540513
19		1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/19/visy-i-upory Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-gimnastika-klass-3065162.html
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-visi-i-peremahi-klass-2035452.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6574268576462557525
21	Висы и упоры на	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/19/visy-i-upory

	низкой гимнастической перекладине					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-raznovidnost-tehnik-visov-i-uporov-5277614.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/912850136459475303
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				Урок (Открытый урок) https://urok.1sept.ru/articles/561867 Урок (ВК) https://vk.com/wall-199255417_2402
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				Урок https://pandia.ru/text/77/335/63248.php
24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/09/08/urok-po-legkoy-atletike-v-4-a-klasse Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-legkoj-atletike-i-tehnike-bezopasnosti-na-urokah-fiz-kultury-dlya-1-4-klassov-6179309.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/2948317638558683601
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/11/19/konkurs-metodicheskikh-razrabotok-fizkultura-tehnika-pryzhka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3899447784132837528
26	Упражнения в	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/uchebno-trenirovochnyy_urok_dlya_4_klassa_pryzhki_v_vysotu-300247.htm

	прыжках в высоту с разбега					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-v-visotu-s-razbega-1070415.html
27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-pryzhok-v-vysotu-sposobom-pereshagivanie-4-kl-5691808.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2013/04/28/prezentatsiya-pryzhok-v-vysotu-sposobom-pereshagivaniem
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/conspect/89176/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3899447784132837528
29	Беговые упражнения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-4-kl-ss-na-temu-begovye-uprazhneniya-6714327.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/8440910422012808951?tmpl_version=releases%2Ffrontend%2Fvideo%2Fv1.1168.0%238d942de0f4ebc4eb6b8f3c24ffbd1f8dbc5bbe63
30	Беговые упражнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2023/04/18/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-spetsialnye-begovye Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-tehnika-krossovogo-bega-dlya-4-kl-ss-4350459.html
31	Метание малого мяча на дальность	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-lyogkaya-atletika-metanie-malogo-myacha-na-dalnost-4-kl-ss-5295975.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11240264410687746945

32	Метание малого мяча на дальность	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/11/26/plan-konspekt-po-fizicheskoy-kulture-po-teme-metanie-malogo Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-metanie-malogo-myacha-na-dalnost-3473488.html
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовк ой	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-lyzhnoi-podgoto-2.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/pravila-po-preduprezhdeniyu-travmatizma-pri-provedenii-urokov-lizhnoy-podgotovki-dlya-uchaschihsya-1790687.html
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/17/konspekt-uroka-na-temu-odnovremenno-odnoshazhnyy-hod
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-lizhnoy-podgotovke-1216496.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1564991862926093723

	ым ходом: подводящи е упражнени я					
36	Передвиже ние на лыжах одновремен ным одношажн ым ходом: подводящи е упражнени я	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/otkryti-urok-po-lyzhnoi-podgotovke-dlia-4-klassa.html
37	Передвиже ние на лыжах одновремен ным одношажн ым ходом: подводящи е упражнени я	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/191154/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-odnovremennie-lizhnie-hoda-865646.html
38	Имитацио нные	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/lizhnaya-podgotovka-imitaciya-lizhnih-hodov-klass-3703659.html

	упражнения в передвижении на лыжах					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/9621558520497252369
39	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2017/06/11/metodicheskaya-razrabotka-k-zanyatiyam-po-lyzhnoy
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-klass-2433828.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-odnovremennie-lizhnie-hoda-865646.html
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/17/konspekt-uroka-na-temu-odnovremenno-odnoshazhnyy-hod

	с небольшог о склона					
42	Передвиже ние на лыжах одновремен ным одношажн ым ходом с небольшог о склона	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/76656-konspekt-uroka-lyzhnaya-podgotovka-sovershenstvovanie-lyzhnyh-hodov-4-klass.html
43	Передвиже ние одношажн ым одновремен ным ходом по фазам движения и в полной координац ии	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/tiekhnika-odnovriemiennogho-odnoshazhnogho-khoda.html
44	Передвиже ние одношажн ым	1				Урок https://childphysicaled.livejournal.com/117617.html

	одновременным ходом по фазам движения и в полной координации					
45	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/04/12/mery-predotvrashcheniya-travmatizma-pri-zanyatiyah Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-gigienicheskoe-obespechenie-zanyatij-plavaniem-profilaktika-travm-v-plavanie-773328.html
46	Подводящие упражнения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizkulturi-v-klasse-na-temu-prizhok-v-dlinu-s-mestapodvodyaschie-prizhkovie-uprazhneniya-541224.html
47	Подводящие упражнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/01/13/sistema-urokov-po-legkoy-atletike
48	Подводящие упражнения	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/metodicheskaja-razrabotka-podvodiaschikh-uprazhnenij.html
49	Упражнения с	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-plavanie-4-klass-5270910.html

	плавательной доской					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-uroka-plavaniya-4-klass-4225467.html
50	Упражнения с плавательной доской	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/12/18/plan-konspekt-uroka-po-plavaniyu-dlya-uchashchihsya-4
51	Упражнения в скольжении и на груди	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-dlya-4-klassa-na-temu-plavanie-skolzhenie-na-grudi-i-spine-5454585.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-uroka-plavaniya-4-klass-4225467.html
52	Упражнения в скольжении и на груди	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/razrabotka-konspekta-uroka-po-plavaniiu-dlia-obuch.html
53	Плавание кролем на спине в полной координации	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-sovershenstvovanie-tehniki-plavaniya-krolem-na-grudi-na-spine-6211439.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-uroka-po-plavaniyu-na-temu-sovershenstvovanie-tehniki-plavaniya-krolem-na-spine-v-polnoj-koordinacii-6376507.html
54	Плавание кролем на спине в полной координации	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/11/14/krol-na-spine-v-polnoj-koordinatsii Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18096610662024157842
55	Упражнения в плавании	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-razdel-plavanie-4-klass-na-temu-plavanie-krolem-na-grudi-5299401.html

	способом кроль					
56	Упражнения в плавании способом кроль	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4634/conspect/279171/ Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/01/26/prezentatsiya-tekhnika-plavaniya-krolem-na-grudi
57	Упражнения в плавании способом кроль	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2012/12/26/izuchenie-tekhniki-plavaniya-krol-na-spine
58	Упражнения в плавании способом кроль	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tiekhnologhichieskaia-karta-uroka-izucheniie-tiek.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10217225307868037026
59	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-dlya-4-klasse-tehnika-bezopasnosti-na-zanyatiyah-podvizhnyimi-igrami-5391053.html Презентация (Копилка уроков) https://uchitelya.com/fizkultura/14183-prezentaciya-profilaktika-travmatizma-v-processe-organizacii-sportivnyimi-igrami.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15848944711782330987
60	Разучивание подвижной игры «Запрещен	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/podvizhnie-igri-zapreshennoe-dvizhenie-s-kochki-na-kochku-2776099.html

	ное движение»					
61	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/02/26/tehnologicheskaya-karta-uroka-igra-podvizhnaya-tsel
62	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tekhnologicheskaja-karta-na-temu-podvizhnye-igry-p.html
63	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-veselie-starti-integrirovannie-estafeti-2447676.html
64	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольно	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/stsenarii-sportivnogo-prazdnika-a-nu-ka-malchiki-d.html

	го мяча»					
65	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/mietodichieskaia-razrabotka-na-tiemu-polozhitelnyi-effiekt-primieneniia-v-obuchienii-plavaniiu-igr-na-vodie-2-6-klass.html
66	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/planirovanie-ofp-na-osnove-podvizhnih-igr-3905137.html
67	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				Урок http://npecole.ucoz.ru/Bunina_EV/fizkultura_30.09.22.docx
68	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				Урок https://konspektum.ru/read/fizicheskaya-kulytura-4-klass-3282.html?page=8
69	Упражнения из игры волейбол	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/12/17/konspekt-uroka-na-temu-uprazhneniya-s-voleybolnym
70	Упражнения	1				Урок https://utinye-uroki.ru/fizkultura/2656-urok-fizkultury-v-4-klasse-

	ия из игры волейбол					podvizhnye-igry-s-elementami-volejbola
71	Упражнен ия из игры баскетбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-basketbolnie-uprazhneniya-klass-3903887.html
72	Упражнен ия из игры баскетбол	1				Урок https://www.art-talant.org/publikacii/65512-tehnologicheskaya-karta-po-fizicheskoy-kulture--basketbolnye-upraghneniya
73	Упражнен ия из игры футбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-otkritogo-uroka-v-klasse-tema-obschaya-fizicheskaya-podgotovka-s-elementami-futbola-uchitel-fizicheskoy-kulturi-kulesho-1346431.html
74	Упражнен ия из игры футбол	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/konspiekt-uroka-po-fizichieskoi-kul-turie-dlia-4-1.html
75	Правила выполнени я спортивны х нормативо в 3 ступени	1				урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-podgotovka-k-sdache-normativov-gto-klass-1727809.html
76	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-gto-put-k-zdorovyu-6053849.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-znakomstvo-s-gto-klass-1767250.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7080681922332917092

77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-v-4b-klasse-beg-30m-estafetnyj-beg-podvizhnye-igry-5754512.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/21/urok-estafeta-po-normam-gto Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18025041393973355232
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-4-klass-beg-1-km-5140296.html

80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/sdacha_normativov_gto_otkryti_urok_v_4_klasse
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen
82	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/normativy-gto-dlia-1-4-klassov.html

	<p>комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения</p>					
85	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/maou-kolchedanskaya-srednyaya-obsheobrazovatel'naya-shkola-tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoj-kulture-4-klass-vvedenie--4899900.html</p>

89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/07/konspekt-uroka-na-temu-testirovanie-naklona-vpered-iz
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастич	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/vipolnenie-normativa-vfsk-gto-naklon-vpered-iz-polozheniya-stoya-s-pryamimi-nogami-tehnika-vipolneniya-sudeystvo-etapa-sposobi-r-3781336.html

	еской скамье. Подвижные игры					
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/proekt-podgotovki-shkolnika-k-sdache-normativa-gto-po-prizhkom-v-dlinu-s-mesta-tolchkom-dvumya-nogami-1440683.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6080064277279674927</p>
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/11/17/razrabotka-uroka-pryzhok-v-dlinu-s-mesta-4-klass</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/02/03/gto-dlya-3-4-klassov-prezentatsiya-firsova-s-n</p>

	места толчком двумя ногами. Эстафеты					
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-podnimanie-tulovisha-iz-polozheniya-lezha-4-klass-5539235.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-podnimanie-tulovisha-iz-polozheniya-lezha-na-spine-ruki-5006559.html</p>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/08/20/podnimanie-tulovishcha-iz-polozheniya-lezha-4-klass</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/99539014994863667</p>

	ГТО. Подниман ие туловища из положения лежа на спине. Подвижны е игры					
96	Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижны е игры	1				Урок https://runetmir.com/sportnorm/metanie-myacha-vesom-150-g Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/735417305290686531
98	Освоение правил и техники выполнени я норматива	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizkulturi-v-klasse-testirovanie-chelnochnogo-bega-metrov-2174092.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temuchelnochniy-beg-2189786.html

	<p>комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты</p>				
	<p>Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени</p>	1			<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/sportivnyj-prazdnik-bolshie-gonki-posvyashennyj-zozh-i-vfsk-gotov-k-trudu-i-oborone-gto-dlya-uchashihsya-1-4-klassov-5125809.html</p>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Физическая культура, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 1-4 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. Методические рекомендации. 1—4 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций/В. И. Лях. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2017. — 175 с. - (Школа России). — ISBN 978-5-09-042783-8
Настольная книга учителя физической культуры: справ.-метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. -М.: ООО «Изд-во АСТ»: ООО «Изд-во Астрель», 2003
В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. ФГОС. Учебник для общеобразовательных учреждений просвещение, 2010.

Поурочные разработки к УМК В.И. Ляха "Школа России". ФГОС

Подробнее: <https://www.labyrinth.ru/books/380447/>

Физическая культура. 1 класс. К УМК В.И. Ляха. Рабочая программа. ФГОС

Подробнее: <https://www.labyrinth.ru/books/380447/>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»-

<http://windows.edu/ru>

2. «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» - <http://school-collektion.edu/ru>

3. «Федеральный центр информационных образовательных ресурсов» - <http://fcior.edu.ru> , <http://eor.edu.ru>

Образовательные Интернет-порталы

1. Сайт Министерства образования и науки РФ <http://www.mon.gov.ru>

2. Сайт Рособразования <http://www.ed.gov.ru>

3. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
4. Российский образовательный портал <http://www.school.edu.ru>
5. Каталог учебных изданий, электронного оборудования и электронных образовательных ресурсов для общего образования 1-4 класс
<http://www.ndce.edu.ru>
6. Школьный портал <http://www.portalschool.ru>
7. Федеральный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>
8. Российский портал открытого образования <http://www.opennet.edu.ru>
9. Сайт интернет-проекта «Копилка уроков сайт для учителей» 1-4 класс
<http://nsportal.ru>
10. Официальный ресурс для учителей, детей и родителей (1-4 класс)
www.nachalka.com
11. База разработок для учителей начальных классов 1-4 класс
<http://pedsovet.su>
12. Раздел начальная школа: Архив учебных программ. <http://www.rusedu.ru>
13. Журнал «Начальная школа» www.openworld/school
14. Газета «1 сентября» www.1september.ru
15. «Учительская газета» www.ug.ru
16. Издательство "Просвещение" <http://www.prosv.ru/>

