

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Муниципальное образование Красноармейский район Краснодарский
край ст.Полтавская

МБОУ СОШ №1

«РАССМОТРЕНО»

на заседании МО учителей
физической культуры

_____И.В.Корж

Приказ №1

от «___» августа 2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по
УВР

_____С.Н.Лысенко

Приказ №1

от «_____» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор МБОУ СОШ №1
имени Дудина Николая
Максимовича Героя
Советского Союза

_____Л.Ф.Братикова

Приказ №1

от «_____» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4438480)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 2 классов

ст.Полтавская 2024

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 – 201 час: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 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.

Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину с места толчком двумя.

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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. 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).

Самбо. Акробатические элементы: различные виды перекатов, кувырков и переворотов. Приёмы самостраховки: на спину перекатом, на бок

перекатом, при падении вперёд на руки, при падении на спину через мост, на бок кувырком через плечо. Способы страховки падений преподавателем, партнёром. Упражнения для приёмов в положении лёжа: удержания, переворачивания

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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.

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 | 2 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 2 | | | |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | | | | |
| 2.1 | Режим дня школьника | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 1 | | | |
| ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ | | | | | |
| Раздел 1. Оздоровительная физическая культура | | | | | |
| 1.1 | Гигиена человека | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 1.2 | Осанка человека | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 1.3 | Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 3 | | | |
| Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | | | | |
| 2.1 | Гимнастика с основами акробатики | 10 | 0 | 10 | www.edu.ru https://uchi.ru |

| | | | | | |
|---|--|----|---|----|---|
| 2.2 | Легкая атлетика | 18 | 0 | 18 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.3 | Кроссовая подготовка | 8 | 0 | 12 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.4 | Подвижные и спортивные игры | 18 | 0 | 18 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.5 | Самбо | 9 | 0 | 9 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 69 | | | |
| Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура | | | | | |
| 3.1 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО | 6 | | 2 | www.gto.ru |
| 3.2 | Самбо | 24 | 0 | 24 | www.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 30 | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 99 | 0 | 99 | |

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 | 3 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 3 | | | |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | | | | |
| 2.1 | Физическое развитие и его измерение | 9 | 0 | 9 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 9 | | | |
| ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ | | | | | |
| Раздел 1. Оздоровительная физическая культура | | | | | |
| 1.1 | Занятия по укреплению здоровья | 1 | 0 | 1 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| 1.2 | Индивидуальные комплексы утренней зарядки | 2 | 0 | 2 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 3 | | | |
| Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | | | | |
| 2.1 | Гимнастика с основами акробатики | 6 | 1 | 5 | www.edu.ru |

| | | | | | |
|---|--|-----|----|----|---|
| | | | | | www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.2 | Легкая атлетика | 10 | 2 | 8 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.3 | Кроссовая подготовка | 8 | 2 | 6 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.4 | Подвижные игры | 15 | 3 | 12 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| 2.5 | Самбо | 20 | 2 | 18 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 59 | | | |
| Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура | | | | | |
| 3.1 | Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО | 14 | 0 | 14 | www.gto.ru |
| 3.2 | Самбо | 14 | 0 | 14 | www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru |
| Итого по разделу | | 28 | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 102 | 10 | 92 | |

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 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 2 | Современные физические упражнения | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 3 | Режим дня и правила его составления и соблюдения | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 4 | Личная гигиена и гигиенические процедуры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 5 | Осанка человека. Упражнения для осанки | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 6 | Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 7 | Правила поведения на уроках физической культуры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|----------------------------|
| 8 | Понятие гимнастики и спортивной гимнастики. Исходные положения в физических упражнениях. | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 9 | Учимся гимнастическим упражнениям. Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом. | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 10 | Акробатические упражнения, основные техники. Строевые упражнения и организующие команды на уроках | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 11 | Акробатические упражнения, основные техники. | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 12 | Акробатические упражнения, основные техники | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 13 | Акробатические упражнения, основные техники | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 14 | Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 15 | Способы построения и повороты стоя на месте | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 16 | Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег) | 1 | | | | Поле для свободного |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|----------------------------------|
| | | | | | | ввода1 |
| 17 | Гимнастические упражнения с мячом | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 18 | Гимнастические упражнения со скакалкой | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 19 | Гимнастические упражнения в прыжках | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 20 | Подъем туловища из положения лежа на спине и животе | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 21 | Подъем ног из положения лежа на животе | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 22 | Сгибание рук в положении упор лежа | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 23 | Разучивание прыжков в группировке | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 24 | Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 25 | Строевые упражнения с лыжами в руках | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|----------------------------|
| 26 | Строевые упражнения с лыжами в руках | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 27 | Упражнения в передвижении на лыжах | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 28 | Упражнения в передвижении на лыжах | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 29 | Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 30 | Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 31 | Техника ступающего шага во время передвижения | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 32 | Техника ступающего шага во время передвижения | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 33 | Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 34 | Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 35 | Техника передвижения скользящим | 1 | | | | Поле для |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|----------------------------------|
| | шагом в полной координации | | | | | свободного ввода1 |
| 36 | Техника передвижения скользящим шагом в полной координации | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 37 | Чем отличается ходьба от бега | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 38 | Упражнения в передвижении с равномерной скоростью | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 39 | Упражнения в передвижении с равномерной скоростью | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 40 | Упражнения в передвижении с изменением скорости | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 41 | Упражнения в передвижении с изменением скорости | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 42 | Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 43 | Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 44 | Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной | 1 | | | | Поле для свободного |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|----------------------------|
| | скоростью передвижения | | | | | ввода1 |
| 45 | Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 46 | Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 47 | Правила выполнения прыжка в длину с места | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 48 | Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 49 | Приземление после спрыгивания с горки матов | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 50 | Обучение прыжку в длину с места в полной координации | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 51 | Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 52 | Разучивание фазы приземления из прыжка | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 53 | Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|----------------------------|
| 54 | Разучивание выполнения прыжка в длину с места | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 55 | Считалки для подвижных игр | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 56 | Разучивание игровых действий и правил подвижных игр | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 57 | Разучивание игровых действий и правил подвижных игр | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 58 | Обучение способам организации игровых площадок | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 59 | Обучение способам организации игровых площадок | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 60 | Самостоятельная организация и проведение подвижных игр | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 61 | Самостоятельная организация и проведение подвижных игр | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 62 | Разучивание подвижной игры «Охотники и утки» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 63 | Разучивание подвижной игры | 1 | | | | Поле для |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|----------------------------------|
| | «Охотники и утки» | | | | | свободного ввода1 |
| 64 | Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 65 | Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 66 | Разучивание подвижной игры «Не оступись» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 67 | Разучивание подвижной игры «Не оступись» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 68 | Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 69 | Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 70 | Разучивание подвижной игры «Брось- поймай» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 71 | Разучивание подвижной игры «Брось- поймай» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 72 | Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» | 1 | | | | Поле для свободного |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|----------------------------------|
| | | | | | | ввода1 |
| 73 | Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом» | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 74 | ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 75 | Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 76 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 77 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 78 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 79 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 80 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса | 1 | | | | Поле для свободного |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|--|----------------------------|
| | ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры | | | | | ввода1 |
| 81 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 82 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 83 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 84 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 85 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 86 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 87 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|----------------------------|
| 88 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 89 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 90 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 91 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 92 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 93 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|--|----|---|---|--|----------------------------|
| | Подвижные игры | | | | | |
| 94 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 95 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 96 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 97 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 98 | Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| 99 | Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО | 1 | | | | Поле для свободного ввода1 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 99 | 0 | 0 | | |

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 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 2 | Зарождение Олимпийских игр | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 3 | Современные Олимпийские игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 4 | Физическое развитие | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 5 | Физические качества | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 6 | Сила как физическое качество | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 7 | Быстрота как физическое качество | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 8 | Выносливость как физическое качество | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 9 | Гибкость как физическое качество | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 10 | Развитие координации движений | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|
| | | | | | | https://uchi.ru |
| 11 | Развитие координации движений | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 12 | Дневник наблюдений по физической культуре | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 13 | Закаливание организма | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 14 | Утренняя зарядка | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 15 | Составление комплекса утренней зарядки | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 16 | Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 17 | Строевые упражнения и команды. Прыжковые упражнения. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 18 | Строевые упражнения и команды. Прыжковые упражнения. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 19 | Ходьба по гимнастической скамейке. Акробатические упражнения. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 20 | Акробатические упражнения. Лазание по гимнастической стенке. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 21 | Акробатическая комбинация. Упражнения с гимнастической | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|
| | скакалкой. | | | | | https://uchi.ru |
| 22 | Правила поведения на уроках легкой атлетики. Бег 30м. Челночный бег 3х10м. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 23 | Поднимание туловища. Бег 30м. Метание теннисного мяча на дальность. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 24 | Метание теннисного мяча на дальность. Бег 3х10м | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 25 | Метание мяча в цель. Прыжки в длину с места. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 26 | Метание мяча в цель. Сложно координированные прыжковые упражнения. | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 27 | Сложно координированные беговые упражнения. Подтягивание. | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 28 | Сложно координированные беговые упражнения. Броски набивного мяча на дальность. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 29 | Бег с поворотами и изменением направления. Прыжки в длину с разбега. | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 30 | Прыжки в длину с разбега. Бег из различных и.п. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 31 | Равномерный бег в колонне по одному с невысокой скоростью. Прыжки на скакалке. | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|
| 32 | Правила техники безопасности на уроках кроссовой подготовки. Бег по слабо пересеченной местности до 1 км. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 33 | Бег с преодолением препятствий. Упражнения на развитие выносливости. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 34 | Смешанное передвижение. Поднимание туловища. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 35 | Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 36 | Равномерный бег 3 мин, Чередование ходьбы и бега (60м- ходьба, 90м- бег). | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 37 | Равномерный бег 4мин. Преодоление малых препятствий. | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 38 | Равномерный бег 5 мин. Чередование ходьбы и бега (50м- ходьба, 100м - бег) | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 39 | Равномерный бег 6 мин. Подвижные игры. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 40 | Самбо. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физической подготовкой и укрепления здоровья человека. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 41 | Самбо. Физическая культура у народов древней Руси. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 42 | Самбо как элемент национальной | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|
| | культуры и обеспечения безопасной жизнедеятельности человека. | | | | | https://uchi.ru |
| 43 | Самбо. Комплексы утренней зарядки и физкультминуток. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 44 | Самбо. Правила и организация проведения подвижных игр, выбор одежды, обуви и инвентаря. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 45 | Самбо. Самостоятельная оценка уровня развития физических качеств. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 46 | Самбо. Упражнения на развитие дыхательной и сердечно-сосудистой систем. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 47 | Самбо. Упражнения для формирования "мышечного корсета" | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 48 | Самбо. Упражнения для увеличения подвижности суставов. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 49 | Самбо. Комплексы утренней гимнастики и физкультурных пауз. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 50 | Самбо. Комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 51 | Самбо. Упоры, седы, упражнения в группировке. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 52 | Самбо. Перекаты, стойка на лопатках. | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|
| 53 | Самбо. Кувырки вперед и назад, стойка на лопатках. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 54 | Самбо. Равновесие, гимнастический мост, группировки и перекаты. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 55 | Самбо. Акробатические комбинации. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 56 | Подвижные игры с приемами спортивных игр | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 57 | Игры с приемами баскетбола | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 58 | Игры с приемами баскетбола | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 59 | Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 60 | Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 61 | Бросок мяча в колонне и неудобный бросок | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 62 | Бросок мяча в колонне и неудобный бросок | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 63 | Прием «волна» в баскетболе | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 64 | Прием «волна» в баскетболе | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|
| | | | | | | https://uchi.ru |
| 65 | Игры с приемами футбола: метко в цель | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 66 | Игры с приемами футбола: метко в цель | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 67 | Гонка мячей и слалом с мячом | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 68 | Гонка мячей и слалом с мячом | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 69 | Футбольный бильярд | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 70 | Футбольный бильярд | 1 | 1 | 0 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 71 | Самбо. ТБ и страховка во время занятий единоборствами. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 72 | Самбо. Кувырки вперед и назад. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 73 | Самбо. Подвижные игры на развитие равновесия | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 74 | Самбо. Подвижные игры на развитие равновесия | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 75 | Самбо. Приемы самостраховки. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru |

| | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|
| | | | | | | https://uchi.ru |
| 76 | Самбо. Приемы самостраховки. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 77 | Самбо. Удержания: с боку, со с стороны головы. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 78 | Самбо. Учебные схватки на выполнение изученных удержаний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 79 | Самбо. Подвижные игры. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 80 | Самбо. Удержания: поперек, верхом. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 81 | Самбо. Варианты от удержаний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 82 | Самбо. Варианты от удержаний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 83 | Самбо. Учебные схватки на выполнение изученных удержаний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 84 | Самбо. Активные и пассивные защиты от переворачиваний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 85 | Самбо. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|
| | разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты | | | | | |
| 86 | Самбо. Активные и пассивные защиты от переворачиваний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 87 | Самбо. Комбинирование переворачиваний с вариантами удержаний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 88 | Самбо. Комбинирование переворачиваний с вариантами удержаний. | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 89 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 90 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 91 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 92 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |

| | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|--|---|
| 93 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 94 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 95 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 96 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 97 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 98 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 99 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 30м. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 100 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 30м. Подвижные игры | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |

| | | | | | | |
|-------------------------------------|---|-----|----|----|--|---|
| 101 | «Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| 102 | «Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО | 1 | 0 | 1 | | www.edu.ru https://uchi.ru |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 102 | 10 | 92 | | |

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

- Физическая культура, 1-4 класс/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М.,

Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство

«Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

www.edu.ru

www.school.edu.ru

<https://uchi.ru>

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

www.gto.ru

