

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 21 ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАРИУПОЛЬ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол
от «29» 08 2024г. № 1
руководитель ШМО
Кузык М.В.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора УВР
Л.В.Касьянова
«30» 08 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ «СШ № 21
г.о. Мариуполь»
Ж.Н.Бельченко
«30» 08 2024г.
М.П. 130



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Физическая культура»

для обучающихся 1-4 классов

г. Мариуполь.

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 – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 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.

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

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

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 всплывание, 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 физкультурминутки 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, перекатыванию;
- 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 культуры;
- 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			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			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			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.2	Осанка человека	1			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			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			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	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			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		67			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					

3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
Итого по разделу		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			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			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			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			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			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 ПРОГРАММЕ	102	0	0	
-------------------------------------	-----	---	---	--

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			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			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			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
2.3	Физическая нагрузка	2			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			РЭШ https://resh.edu.ru/ Инфоурок https://infourok.ru/ Мультиурок https://multiurok.ru/ Нспортал https://nsportal.ru/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	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	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			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			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			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	14			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	14			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		65			

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	

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

	ходьбой и бегом					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16487239708288663304
12	Акробатические упражнения, основные техники	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-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	Акробатические упражнения, 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/priezientatsiia-k-uroku-fizichieskoi-kul-tury-v-1-klassie-na-tiemu-gimnastika-s-.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12407071795942324468
14	Строевые упражнения и организующие 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	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/plan_konspekt_uroka_po_fizicheskoi_kulture_dlia_1_klassa_razuchivanie_i_trenirov

	стоя на месте					<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodichka-postroeniya-i-perestroeniya-1658435.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-stroevye-uprazhneniya-v-nachalnoj-shkole-5255825.html</p> <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</p> <p>Урок (ВК) https://vk.com/wall-212124892_196</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-po-teme-specialnye-begovye-uprazhneniya-1-klass-4237327.html</p> <p>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</p> <p>Урок (Знанию) https://znanio.ru/media/konspekt_uroka_uprazhneniya_s_myachami_1_klass_fizicheskaya_kultura-290424</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-zanyatiya-dlya-uchaschihsya-pervogo-goda-obucheniya-po-teme-hudozhestvennaya-gimnastika-uprazhneniya-s-myachom-i-le-430136.html</p> <p>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</p> <p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/conspect/326439/</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-igra-na-skakalke-dlya-1-klassa-4227037.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6524863260569315238</p>

19	Гимнастические упражнения в прыжках	1			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/fizkultura-prizhki-klass-1057765.html Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-uroka-po-fizichieskoi-kul-turie-28.html Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/04/29/prezentatsiya-o-pryzhkovyh-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/prezentaciya-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/prezentaciya-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/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-sgibanie-razgibanie-ruk-v-upore-lezha-6458638.html
23	Разучивание прыжков	1			Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/akrobatika-1-klass-gruppirovka-perekaty-v-gruppiro.html

	в группировке					<p>Презентация (Инфоурок) https://znanio.ru/media/prezentatsiya_po_fizicheskoy_kulture_na_temu_akrobaticheskie_uprazhneniyagrupperovka1_2_klass_fizicheskaya_kultura-3167</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1012011564733072717</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/61471631340058737</p>
24	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/10/23/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-pryzhki-v-dlinu-s-mesta</p> <p>Урок (ВК) https://vk.com/wall-215781331_429</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-oflajn-uroku-1-klass-na-temu-tehnika-vypolneniya-opornogo-pryzhka-4686350.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6080064277279674927</p>
25	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				<p>Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspektpraktichieskoghozaniatia17stroevyieuprazhneniiaslyzhamiinalyzhakh</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-nachalnoe-obuchenie-peredvizheniyu-na-lizhah-1377156.html</p>
26	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/blog/shkola/fizkultura-i-obzh/all/2012/02/10/stroevye-uprazhneniya-na-lyzhakh</p> <p>Презентация https://урок.рф/library/lizhnaya_podgotovka_1_klass_200500.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/61471631340058737</p>
27	Упражнения в передвижении на лыжах	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/conspect/223800/</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/10324278997674992149</p>
28	Упражнения в передвижении	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya_karta_uroka_fizicheskoy_kultury_dlya_uchaschihsya_1_klassa_po teme-454003.htm</p>

	нии на лыжах				Презентация (Мультуроук) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-lyzhi-v-nachalnoi-shkole.html Видеоуроук https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097
29	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			Урок (Инфоуроук) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskaya-kultura-1-klass-urok-20-peredvizhenie-na-lyzhah-s-palkami-skolzyashim-shagom-5419609.html Презентация (Инфоуроук) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-lizhnaya-podgotovka-klass-3531647.html Видеоуроук https://yandex.ru/video/preview/16533279557304519651
30	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/ Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/01/11/prezentatsiya-lyzhnaya-podgotovka-dlya-1klassa Видеоуроук https://yandex.ru/video/preview/1965780013026297939
31	Техника ступающего шага во время передвижения	1			Урок (Инфоуроук) https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizkulturi-v-klasse-stupayushchiy-shag-na-lizhah-s-palkami-1512996.html Презентация (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/prezentatsiia_tekhnika_podiomov_iolochkoi_poluiolochkoi_stupaiushchim_skolziashch Видеоуроук https://yandex.ru/video/preview/1965780013026297939
32	Техника ступающего шага во время передвижения	1			Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/04/26/konspekt-uroka-dlya-1-klassa-po-teme-stupayushchiy-i Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/01/11/prezentatsiya-lyzhnaya-podgotovka-dlya-1klassa Видеоуроук https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097

33	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	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-shkole.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097</p>
34	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/additional/189435/</p> <p>Презентация (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/7202-prezentaciya-skolzyaschij-shag-na-lyzhah-s-palkami.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/9621558520497252369</p>
35	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				<p>Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok_v_1_klassie_pieriedvizhienie_na_lyzhakh_stupaiushchim_i_skol_ziashchim_sha</p> <p>Презентация https://prezentacii.org/prezentacii/prezentacii-po-fizkulture/77722-skolzjaschij-shag-na-lyzhah-s-palkami.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1747241868099046829</p>
36	Техника передвижения	1				<p>Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/175830-konspekt-uroka-po-lyzhnoy-podgotovke-peredvizhenie-skolzyaschim-shagom-s-palkami-1-klass.html</p>

	скользящим шагом в полной координации					<p>Презентация https://intolimp.org/publication/priezientatsiia-k-uroku-fizkulturu.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10081941263269781097</p>
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-cto-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-fizicheskoi-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	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-specialnye-begovye-uprazhneniya-vysokij-start-i-skorostnoj-beg-do-50-metrov-2-serii-1-klas-4964741.html</p>

	изменение скорости					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-specialnye-begovye-uprazhneniya-1-klass-4235957.html
41	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/11/14/fk-estafety-beg-s-uskoreniem-1-klass 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-fizicheskoj-kulture-na-temu-hodba-i-beg-v-kolonne-586877.html
44	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/12/22/urok-fizicheskoy-kultury-v-1-klasse-hodba-i-beg-v

	скоростью передвижения					
45	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-hodba-i-beg-v-kolonne-586877.html
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 одновременно	1				Урок http://kochovo-shkola.ucoz.ru/obrazovanie2022/1klass/fizicheskaja_kultura.docx Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/pryzhkovye-uprazhneniya-

	нного отталкиван ия двумя ногами					odnovremennoe-ottalkivanie-dvumya-nogami-s-povorotami-6512614.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3404660371671374997
49	Приземлен ие после спрыгиван ия с горки матов	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-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_temuopor_nyy_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-l7leveler-kubr-yp-sas-136-BAL-4602 text=1+класс+физкультура+Обучение+прыжку+в+длину+с+места+в+по лной+координации
51	Разучивани е техники выполнени я прыжка в длину и в высоту с	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

	прямого разбега					
52	Разучивание фазы приземления из прыжка	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 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-razbegaumk 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/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-ighr.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-schitalochki-dlya-obuchayuschih-sya-nachalnoy-shkoli-2867272.html
56	Разучивание игровых действий и правил	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

	подвижных игр					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 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-fizicheskoy-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	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/05/19/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-tema-podvizhnye-igry-1

	я и проведение подвижных игр					Презентация https://pptcloud.ru/fizkultura/podv-igry
62	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-po-podvizhnim-igramobuchenie-igre-ohotniki-i-utki-454564.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/6247847128654829854
63	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				Урок (Нспортал) https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-po-2.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3051168806996022626
64	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-podvizhnie-igri-460022.html
65	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2023/05/18/kartoteka-podvizhnyh-igr

66	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/metodicheskoe-posobie-7.html
67	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2021/09/15/podvizhnye-igry
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	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-vedenie-myacha-1835247.html

	«Брось-поймай»					
71	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				Урок (Испоргал) https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html
72	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-s-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-klass-1767250.html
75	Основные правила,	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kultury-v-1-klasse-na-temu-vypolnenie-normativov-vfsk-gto-4949874.html

	ТБ на уроках, особенност и проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО					Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/prezentatsiia-gto-dlia-1-klassov.html
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2017/02/19/podgotovka-uchashchihsya-k-vypolneniyu-normativov
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-klassa-podvizhnie-igri-kompleks-gto-1606851.html

	30м. Подвижные игры					
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-fizicheskoy-kulturi-po-teme-podvizhnie-igri-kompleks-gto-v-klasse-3408217.html
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/tiekhnologichieskaia_karta_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_dlia_1_klassa_podviz

80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-v-1-klasse-sdacha-norm-gto-6227463.html
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	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-klassa-podvizhnie-igri-kompleks-gto-1606851.html

	норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры					
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1				Урок (Мультуроки) https://multiurok.ru/files/rabochaia-programma-vneurochnoi-deiatelности-pod-8.html
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные 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 выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/tiekhnologhichieskaia_karta_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_dlia_1_klassa_podviz
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	1				Урок (Знанио) https://znanio.ru/media/konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-po-teme-uprazhneniya-s-nabivnymi-myachami-podvizhnye-igry-1-klass-2619741

	<p>я норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижны е игры</p>					
88	<p>Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. Поднимани е туловища из положения лежа на спине. Подвижны е игры</p>	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-v-1-klasse-sdacha-norm-gto-6227463.html</p>
89	<p>Освоение правил и техники выполнени</p>	1				<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/razrabotka-uroka-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-1.html</p>

	<p>я норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры</p>					
90	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры</p>	1				<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/tiekhnologhichieskaia-karta-uroka-po-fizkul-turie-v-1-klassie.html</p>

91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				Урок https://uchsvet.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-fizicheskoj-kulture-dlya-1-klassa-podvizhnye-igry-kompleks-gto/
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-testirovanie-naklona-vpered-iz-polozheniya-stoya-3542592.html

	скамье. Подвижны е игры					
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижны е игры	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/fizichieskaia-kul-tura-tiema-tiestirovaniie-naklona-vpierioid-iz-polozhieniia-stoia-ighra-klass-smirno-ighra-pravil-nyi-nomier.html
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/index.php/files/metodicheskaia-razrabotka-po-podgotovke-uchashchik.html

	теннисного мяча в цель. Подвижные игры					
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/21/urok-estafeta-po-normam-gto
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/08/18/testirovanie-chelnochnogo-bega-3-h-10-metrov-na-vremya

	Подвижные игры					
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-chelnochniy-beg-metrov-klass-2027404.html
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2022/04/09/test-gto-1-2-stupen-1-4-klassy
99	Пробное тестирование с	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/test-na-znanie-kompleksa-gto-stupeni-dlya-klassa-586185.html

соблюдени ем правил и техники выполнени я испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО					
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				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/prieziatsiia-k-tieorietichieskomu-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	Физическое качества	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			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			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			Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-razvitie-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			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			Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-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

11	Развитие координации движений	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-klass-po-teme-razvitie-koordinacii-3457819.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-primenenie-sorevnovatelnoigrovih-zadaniy-dlya-razvitiya-koordinacionnih-sposobnostey-3747301.html
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-206825240_994 Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/dnevnik-samokontrolya-2-4-klass-4397017.html
13	Закаливание организма	1				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				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/kompleks-utrenney-gimnastiki-dlya-klassa-3646677.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-utrennyaya-gimnastika-2-klass-4221243.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7958329430322952636
15	Составление комплекса утренней зарядки	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/kompleks-utrenney-gimnastiki-dlya-klassa-3646677.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-utrennyaya-gimnastika-2-klass-4221243.html
16	Правила поведения на уроках гимнастик	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/konspekt-uroka-po-fizkul-turie-2.html

	и и акробатик и					<p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnosti-na-urokah-gimnastiki-1-4-klassy-4591565.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/14420342626450610523</p>
17	Строевые упражнения и команды	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-stroevaya-podgotovka-2klass-6087368.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-stroevye-uprazhneniya-v-nachalnoj-shkole-5255825.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/174445681709770806</p>
18	Строевые упражнения и команды	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/191321/</p> <p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/legkaia-atletika-stroevye-uprazhneniia-2-klass.html</p> <p>Презентация (Знанию) https://znanio.ru/media/prezentatsiya-stroevye-uprazhneniya-2650776</p> <p>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</p>
19	Прыжковые упражнения	1				<p>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</p>
20	Прыжковые упражнения	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2023/06/20/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-pryzhki-v-dlinu-2</p>

21	Гимнастическая разминка	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208553409_874
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnosti-ravnovesie-hodba-po-gimnasticheskoj-skamejke-2-klass-5076658.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-hodba-po-gimnasticheskoj-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	Танцевальные гимнастические движения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-fizkultura-v-ritme-tanca-2-klass-5015764.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-zdorovesberegayushie-tehnologii-v-nachalnoj-shkole-tancevalnaya-aerobika-kak-tretij-chas-fizkultury-2-klass-5764273.html
29	Танцевальные гимнастические движения	1				Урок (Нспортал) 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-lizhnoy-podgotovki-dlya-klassov-3867602.html
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным	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-poperemennyj-dvushazhnyj-hod-3745565.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5678263770940878474

	НЫМ ХОДОМ					
32	Спуск с горы в основной стойке	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-dlya-obuchajuschih-sya-klassa-1154629.html Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-lizhnoy-podgotovke-spuski-i-podemi-854313.html
33	Спуск с горы в основной стойке	1				Урок (Открытый урок) https://urok.1sept.ru/articles/698497 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-fizicheskoj-kulture-dlya-uchaschihsya-klassa-lizhnaya-podgotovka-podyom-lesenkoj-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-fizicheskoj-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/lyzhnaja_podgotovka_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 палками	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
40	Торможение 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-tormozhienie-povoroty-na-urokakh-lyzhnoi-podgho.html
41	Торможение 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-fizicheskoy-kulture-2-klass-4237390.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/8120999985717725602
43	Броски мяча в неподвижную 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 неподвижную мишень	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-broski-myacha-v-cel-razlichnymi-sposobami-2-klass-4898356.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/713952639031082324
45	Сложно координированные прыжковые 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
46	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208746463_718 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-prizhki-i-prizhkovye-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-obuchayushchih-sya-2-go-klassa Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3712747690366881944
49	Сложно координир	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tehnologicheskaja-karta-uroka-2-klass-tema-uroka.html

	ованные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7000837806114015491
50	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-206998919_1505 Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-na-temu-hodba-po-gimnasticheskoy-skamejke-4280569.html
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-206998919_1460

	сведением рук					
52	Бег с поворотам и и изменение м направлен ий	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 поворотам и и изменение м направлен ий	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 координир ованные беговые упражнен ия	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/18/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-0
55	Сложно координир ованные беговые упражнен ия	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-igri-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	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-k-uroku-vo-2-klasse-4575495.html

	неудобный бросок					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 баскетболе	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/10/07/konspekt-po-basketbolu Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/13698969693111941442
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_fizicheskoi_kulture_2_klassie_razvitiie_ravnovesiia
75	Правила выполнения спортивных упражнений	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

	нормативо в 2 ступени					
76	Правила техники безопасно сти на уроках. Укреплен ие здоровья через ВФСК ГТО	1				Урок https://runetmir.com/sportnorm/normativy-2-klass-po-fizkulture Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16713548367831133236
77	Освоение правил и техники выполнен ия 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 выполнен ия	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/2-klass-podgotovka-k-gto.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/16713548367831133236

	норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты					
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/kalendarно-tematicheskoe-planirovanie-2-klass-s-gto-4972581.html
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208330856_777

81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-na-temu-igrovoe-gto-2-klass-6139231.html
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-kompleks-gto.html

	пересеченной местности · Подвижные игры					
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-lyzhnoj-podgotovke-na-temu-prohozhdenie-distancii-1-km-6139608.html
84	Освоение правил и техники выполнения 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 выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/195074-urok-po-podgotovke-k-sdache-normativov-gto-dlya-nachalnyh-klassov.html
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/conspect/226183/

	<p>ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>					
87	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине</p>	1				<p>Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/195074-urok-po-podgotovke-k-sdache-normativov-gto-dlya-nachalnyh-klassov.html</p>

	не 90см. Эстафеты					
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/conspect/226183/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-vo-2-klasse-tema-uroka-testirovanie-naklonov-vperyod-iz-polozheniya-stoya-4668159.html

	гимнастической скамье. Подвижные игры					
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/09/konspekt-uroka-na-temu-testirovanie-naklona-vpered-iz
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				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

	ГТО. Прыжок в длину с места 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/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/05/11/konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-po-temepryzhki-v-dlinu-s
93	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizkultury-vo-2-klasse-po-propagande-fsk-gto-5375762.html

	<p>комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры</p>					
94	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры</p>	1				<p>Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/index.php/files/razrabotka-uroka-po-fizicheskoi-kulture-na-temu-1.html</p>

95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-na-temu-igrovoe-gto-2-klass-6139231.html
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 техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-sovershenstvovanie-chelnochnogo-bega-podgotovka-k-sdache-normativov-kompleksa-gto-k-2340278.html
99	Освоение правил и техники выполнения	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/programma-po-fizicheskoj-kulture-2-klass-2.html?login=ok

	норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры					
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/metodicheskaja-razrabotka-sportivnogo-prazdnika-gt.html

	техники выполнен ия испытани й (тестов) 2 ступени ГТО					
102	«Праздник ГТО». Соревнова ния со сдачей норм ГТО, с соблюден ием правил и техники выполнен ия испытани й (тестов) 2 ступени ГТО	1				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/sportivnyi_prazdnik_vesiolye_starty_gto_shagaet_po_planete
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				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				Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok_po_f_k_na_tiemu_istorii_vozniknoveniia_razlichnykh_vidov_sporta Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-kogda-i-kak-voznikli-fizicheskaya-kultura-i-sport-klass-1253885.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10157725952270110368
3	Виды физических упражнений	1				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				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				<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				<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				<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				<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 команды и упражнения	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-po-stroevie-podgotovke-v-klasse-3451295.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-stroevye-uprazhneniya-v-nachalnoj-shkole-5255825.html
10	Строевые команды и упражнения	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-fizkulturnogo-zaniatiia.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/8777265125995832560
11	Лазанье по канату	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-lazane-po-kanatu-3-klasse-5058131.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-raznovidnost-tehnik-lazaniya-po-kanatu-5277616.html
12	Лазанье по канату	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				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				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	Передвижения по гимнастической стенке	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-fizicheskoy-kulture-v-klasse-na-temu-lazane-po-gimnasticheskoy-stenke-pristavnimi-shagami-964178.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3737994800206941054</p>
16	Передвижения по гимнастической стенке	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2017/08/25/konspekt-uroka-po-gimnastike-3-klass</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/08/18/prezentatsiya-lazanie-iperelazanie</p>
17	Прыжки через скакалку	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fk-3-klass-prizhki-v-skakalku-4020425.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12433878597473823500</p>
18	Прыжки через скакалку	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/01/26/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-pryzhki-v</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2020/06/07/pryzhki-na-skakalke</p>
19	Ритмическая гимнастика	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-ritmicheskaya-gimnastika-1057592.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15366986502053745358</p>
20	Ритмическая гимнастика	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2014/03/28/konspekt-uroka-po-ritmicheskoy-gimnastike</p> <p>Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/05/07/ritmika-i-aerobika-v-nachalnoy-shkole</p>
21	Танцевальные упражнения	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-klass-shkola-rossii-osvoenie-tancevalnih-uprazhneniy-i-razvitie-koordinacii-shagi-galopa-v-800690.html</p>

	ия из танца галоп					Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-na-temu-tantsevalnaia-aerobika-kak-t.html
22	Танцеваль ные упражнен ия из танца галоп	1				Урок (Нспортал) 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 (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/08/konspekt-uroka-na-temu-pryzhki-v-dlinu-s-razbega-umk 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-fizicheskoj-kulture-kl-prizhok-v-dlinu-s-razbega-3718346.html
27	Броски набивного мяча	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoj-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-fizicheskoj-kulture-na-temu-chelnochnyj-beg-3h10-3-klass-5542671.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-chelnochnyj-beg-3-klass-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=tabbarparent-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 короткую дистанцию	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-po-razdelu-programmi-legkaya-atletika-na-temu-beg-na-korotkie-distancii-klass-1117001.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoj-kulture-tehnika-bega-na-korotkie-distancii-3-klass-6059462.html</p>
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-begovie-uprazhneniya-klass-2571558.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15310200053821772772</p>
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				<p>Урок (ВК) https://vk.com/wall-199311890_763</p> <p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/04/25/konspekt-uroka-na-temu-spetsialno-begovye-uprazhneniya</p>
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/conspect/193589/</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-na-temu-lizhnie-hodi-osnovi-tehniki-peredvizheniya-na-lizhah-1182711.html</p>

36	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				Урок (Нспортал) 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
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	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 переступания на месте	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 переступания в движении	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	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/03/26/konspekt-uroka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15996635731460236327

	ния в движении					
41	Повороты на лыжах способом переступания	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/03/26/konspekt-uroka Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5696061044983734736
42	Повороты на лыжах способом переступания	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	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/conspect/223779/ Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7650540942631719194
44	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с	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

	пололого склона					
45	Скольжен ие с пололого склона с поворота ми и торможен ием	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/metodicheskie-rekomendacii-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tehnika-peredvizheniya-na-lizhah-klass-3100065.html</p> <p>Презентация (Инфоуроков) https://infourok.ru/prezentaciya-sposobi-podemov-spuskov-i-tormozheniya-v-lizhnom-sporte-1929819.html</p>
46	Скольжен ие с пололого склона с поворота ми и торможен ием	1				<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/3-klass-lyzhnaia-podgotovka-pourochnye-plany.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/12925721935666286089</p>
47	Правила поведения в бассейне	1				<p>Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5135/conspect/194458/</p> <p>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</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-plavaniyu-pravila-povedeniya-v-bassejne-stili-plavanya-1650746.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/10257830087636756201</p>
48	Разучиван ие специальн ых	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-obuchenie-dvizheniyam-ruk-i-nog-pri-plavanii-sposobom-krol-na-spine-brass-2470855.html</p>

	плавательных упражнений					Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-obucheniya-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-plavaniyu-2452066.html
49	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/02/03/tekhnologicheskaya-katrta-uroka-po-plavaniyu Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-uchimsia-plavat.html
50	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1				Урок (Продленка) https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/61732-konspekt-uroka-po-plavaniju-dlja-3-klasa
51	Упражнения ознакомит	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekty-urokov-po-plavaniyu-dlya-uchashih-sya-nachalnyh-klassov-4481604.html

	ельного плавания: погружение в воду и всплывание					Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2021/11/14/prezentatsiya-po-obucheniyu-plavaniyu
52	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплывание	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/03/26/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturyplavanie
53	Упражнения в плавании кролем на груди	1				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				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	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-plavanie-brassom-3-klass-6050169.html

	плавание брассом					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/13017785139454140484
56	Упражнения в плавание брассом	1				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 плавание дельфином	1				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 плавание дельфином	1				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	1				Урок https://childphysicaled.livejournal.com/181809.html

	спортивных игр: парашютисты, стрелки					
61	Спортивная игра баскетбол	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/conspect/224224/ 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	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

	двумя руками					
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	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

	месте и в движении					
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				Урок (Мультуроки) https://multiurok.ru/files/sovershenstvovanie-nizhniaia-priamaia-podacha-3-kl.html Видеоурок https://dzen.ru/video/watch/62fca364a316be0a40aebdf0?f=video
71	Спортивная игра футбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-v-3-klasse-po-teme-futbol-4361237.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-futbol-klasse-3065086.html
72	Спортивная 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	Подвижные игры с приемами футбола	1				Урок (Мультуроки) https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-v-3-klasse-p.html
74	Подвижные игры с приемами футбола	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/fizicheskaya-kultura-3-klasse-futbol-4500767.html

75	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-klass-obuchenie-tehnike-vipolneniya-fizicheskikh-uprazhneniy-kompleksa-gto-712483.html</p> <p>Урок https://runetmir.com/sportnorm/normativy-3-klass-po-fizkulture</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html</p>
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	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>

	на 30м. Эстафеты					
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/03/04/beg-30-metrov-3-klass Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/04/06/30-m
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				Урок (Нспортал) 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 норматив	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kultury-v-3-klasse-tema-tempvoj-beg-malchiki-1-km-devochki-500-m-preodolenie-gorizontalnyh-i-vertikalnyh-prepy-5746980.html

	а комплекса ГТО. Бег на 1000м					
81	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящ ие упражнен ия	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-obuchenie-tehnike-vypolneniya-fizicheskikh-uprazhnenij-kompleksa-gto-5610712.html
82	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Кросс на	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/21/urok-estafeta-po-normam-gto

	2 км. Подводящие упражнения					
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Урок (Испоргал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/05/17/konspekty-urokov-po-lyzhnoy-podgotovke-3-4kl
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/3-klass-lyzhnaia-podgotovka-pourochnye-plany.html

85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/podvizhnye-igry-dlia-razvitiia-myshts-ruk-briushno.html
86	Освоение правил и техники выполнения норматив	1				Урок (Испортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/01/21/uprazhneniya-dlya-vypolneniya-norm-gto-po

	<p>а комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>					
87	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа</p>	1				<p>Урок (Испортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/04/18/konspekt-uroka-na-temu-tehnika-spetsialno-begovyh</p>

	на низкой переклади не 90см. Эстафеты					
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой переклади не 90см. Эстафеты	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-76633380_29963 Презентация (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/prezentatsiia-dlia-uchashchikhsia-3-4-klassov-gto.html
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/02/20/tehnologicheskaya-karta-uroka-testirovanie-naklona Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/11766989189822700110

	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					
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	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-prizhki-v-dlinu-s-mesta-klass-po-fgos-715339.html</p>

	<p>техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты</p>					<p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-sdayom-normi-gto-v-klasse-988749.html</p>
92	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты</p>	1				<p>Урок (Нспортал) 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</p>

93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				<p>Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/kompleks-uprazhnenii-dlia-podgotovki-k-vypolneniiu.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-podgotovke-k-vipolneniyu-kompleksa-gto-1750103.html</p>
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища	1				<p>Урок (Копилка уроков) https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/tekhnologicheskaja_karta_uroka_fizicheskoj_kultury_na_temu_testirovanie_podioma</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/99539014994863667</p>

	из положени я лежа на спине. Подвижн ые игры					
95	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Метание теннисног о мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижн ые игры	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-na-temu-metanie-myacha-klass-3200280.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-uchaschihsya-klassov-1018084.html
96	Освоение правил и техники выполнен ия	1				Урок (Нспортал) 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

	норматив а комплекса ГТО. Метание теннисног о мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижн ые игры					
97	Освоение правил и техники выполнен ия норматив а комплекса ГТО. Челночны й 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-fizicheskoy-kulture-chelnochnyj-beg-3-klass-4234676.html
98	Освоение правил и техники	1				Урок (Нспортал) 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

	выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. 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 норматив	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

	а комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижн ые игры					
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 степени	1				Проект (Открытый урок) https://urok.1sept.ru/articles/687899
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением	1				Проект, презентация https://shareslide.ru/sport/prezentatsiya-proekt-my-snova-sdayom-gto

правил и техники выполнен ия испытани й (тестов) 2-3 ступени					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	0	0		

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 (Нсportal) 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-fizicheskoi.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_fizicheskoi_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-fizicheskoy-

	занятиях физической культуры				kulture-na-temu-pervaya-pomosh-pri-razlichnyh-povrezhdeniyah-3-4-klass-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-izbitochny-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 комбинация	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-po-gimnastike-na-temu-akrobaticheskaya-kombinaciya-klass-2305819.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/4715860014975270091
12	Акробатическая комбинация	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-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-fizicheskoy-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 для обучения опорному прыжку	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2020/06/24/opornyy-pryzhok-obuchenie Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18159289760886703489
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/razrabotka-uroka-fizicheskoy-kultury-dlya-4-klassa-opornyy-pryzhok-cherez-kozla-6705011.html Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-po-fizkulture-na-temu-gimnastika-oporniy-prizhok-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	Обучение опорному прыжку	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/urok-teorii-po-fizicheskoi-kulture-po-teme-oporniy.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3606969383343540513
19	Упражнения на гимнастической перекладине	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 гимнастич	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

	еской переклади не					
21	Висы и упоры на низкой гимнастич еской переклади не	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/19/visy-i-upory Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-raznovidnost-tehnik-visov-i-uporov-5277614.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/912850136459475303
22	Танцеваль ные упражнени я «Летка- енка»	1				Урок (Открытый урок) https://urok.1sept.ru/articles/561867 Урок (ВК) https://vk.com/wall-199255417_2402
23	Танцеваль ные упражнени я «Летка- енка»	1				Урок https://pandia.ru/text/77/335/63248.php
24	Предупре ждение 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	Упражнен ия в прыжках в	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/11/19/konkurs-metodicheskikh-razrabotok-fizkultura-tehnika-pryzhka

	высоту с разбега					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3899447784132837528
26	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/uchebno-trenirovochnyy_urok_dlya_4_klassa_pryzhki_v_vysotu-300247.htm 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-klassa-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-klassov-4350459.html

31	Метание малого мяча на дальность	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-lyogkaya-atletika-metanie-malogo-myacha-na-dalnost-4-klass-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	Предупре ждение травм на занятиях лыжной подготовк ой	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tehnika-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	Передвиже ние на лыжах одновремен ным одношажн ым ходом: подводящи е упражнени я	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/17/konspekt-uroka-na-temu-odnovremenno-odnoshazhnyy-hod
35	Передвиже ние на	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-lizhnoy-podgotovke-1216496.html

	лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения					Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/1564991862926093723
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				Урок (Мультфильм) https://multiurok.ru/files/otkrytiy-urok-po-lyzhnoi-podgotovke-dlia-4-klassa.html
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие	1				Урок (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/191154/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-odnovremennye-lizhnie-hoda-865646.html

	упражнения					
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/lizhnaya-podgotovka-imitaciya-lizhnih-hodov-klass-3703659.html 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	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/17/konspekt-uroka-na-temu-odnovremenno-odnoshazhnyy-hod

	одновременным одношажным ходом с небольшого склона					
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				Урок (Учителя.ком) https://uchitelya.com/fizkultura/76656-konspekt-uroka-lyzhnaya-podgotovka-sovershenstvovanie-lyzhnyh-hodov-4-klass.html
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/index.php/files/tiekhnika-odnovremennogho-odnoshaznogho-khoda.html

44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				Урок https://childphysicaled.livejournal.com/117617.html
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-fizicheskoj-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-mestapodvodjaschie-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	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/metodicheskaja-razrabotka-podvodiaschikh-uprazhnenij.html

	упражнения					
49	Упражнения с плавательной доской	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-na-temu-plavanie-4-klass-5270910.html 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 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 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	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

	координации					
55	Упражнения в плавании способом кроль	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoj-kulture-razdel-plavanie-4-klass-na-temu-plavanie-krolem-na-grudi-5299401.html
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-tehnika-plavaniya-krolem-na-grudi
57	Упражнения в плавании способом кроль	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2012/12/26/izuchenie-tehniki-plavaniya-krol-na-spine
58	Упражнения в плавании способом кроль	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/tiekhnologhichieskaia-karta-uroka-izuchieniie-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-klassa-tehnika-bezopasnosti-na-zanyatiyah-podvizhnymi-igrami-5391053.html Презентация (Копилка уроков) https://uchitelya.com/fizkultura/14183-prezentaciya-profilaktika-travmatizma-v-processe-organizacii-sportivnymi-igrami.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/15848944711782330987

60	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/podvizhnie-igri-zapreschennoe-dvizhenie-s-kochki-na-kochku-2776099.html
61	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				Урок (Нспортал) 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/tehnologicheskaja-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-integririvannie-estafeti-2447676.html
64	Разучивание	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/stsenarii-sportivnogo-prazdnika-a-nu-ka-malchiki-d.html

	подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»					
65	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/mietodichieskaia-razrabotka-na-tiemu-polozhitel-nyi-effiekt-primieneniia-v-obuchienii-plavaniiu-ighr-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	1				Урок https://konspektum.ru/read/fizicheskaya-kulytura-4-klass-3282.html?page=8

	«Гонка лодок»					
69	Упражнения из игры волейбол	1				Урок (Испорнал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2021/12/17/konspekt-uroka-na-temu-uprazhneniya-s-voleybolnym
70	Упражнения из игры волейбол	1				Урок https://utinye-uroki.ru/fizkultura/2656-urok-fizkultury-v-4-klasse-podvizhnye-igry-s-elementami-volejbola
71	Упражнения из игры баскетбол	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-basketbolnie-uprazhneniya-klass-3903887.html
72	Упражнения из игры баскетбол	1				Урок https://www.art-talant.org/publikacii/65512-tehnologicheskaya-karta-po-fizicheskoy-kuljture--basketbolnye-upraghneniya
73	Упражнения 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	Упражнения из игры футбол	1				Урок (Мультиурок) https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizichieskoi-kul-turie-dlia-4-1.html
75	Правила выполнения спортивных нормативов в 3 степени	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				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/urok-gto-put-k-zdorovyu-6053849.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-znakomstvo-s-gto-klass-1767250.html</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/7080681922332917092</p>
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-v-4b-klasse-beg-30m-estafetnyj-beg-podvizhnye-igry-5754512.html</p> <p>Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-urok-gto-dlya-klassov-3497021.html</p>
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/12/21/urok-estafeta-po-normam-gto</p> <p>Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/18025041393973355232</p>
79	Освоение правил и	1				<p>Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-4-klass-beg-1-km-5140296.html</p>

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м					
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	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen

	упражнения					
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/normativy-gto-dlia-1-4-klassev.html
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/normi-gto-dlya-shkolnikov-klass-2507866.html
84	Освоение правил и	1				Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen

	<p>техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты</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</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>

	на полу. Эстафеты					
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-208756365_371 Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/5703970262640869043
87	Освоение правил и техники выполнения	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/tekhnologicheskaja-karta-podtiagivaniia-na-vysokoi.html

	<p>норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>				
88	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>	1			<p>Урок (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2022/01/26/tehnologicheskaya-karta-4-klassa Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/3212044538409381227</p>
89	<p>Освоение правил и техники выполнения</p>	1			<p>Урок (Нспортал)https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2019/05/07/konspekt-uroka-na-temu-testirovanie-naklonypered-iz</p>

	<p>я норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастич еской скамье. Подвижны е игры</p>					
90	<p>Освоение правил и техники выполнени я норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастич еской скамье. Подвижны е игры</p>	1				<p>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</p>

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-prizhkam-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 места толчком двумя ногами. Эстафеты	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>

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 ГТО. Поднимание туловища из положения	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>

	лежа на спине. Подвижные игры					
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				Урок (ВК) https://vk.com/wall-152429838_3986 Презентация (Нспортал) https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/08/11/prezentatsiya-metanie-myacha-na-dalnost
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г.	1				Урок https://runetmir.com/sportnorm/metanie-myacha-vesom-150-g Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/735417305290686531

	Подвижные игры					
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/formirovaniie-i-razvitiie-fizichieskikh-kachiestv-uchashchikhsia-pri-vypolnienii-normativov-komplieksa-gto-chielnochnyi-biegh-3-10-m-pryzhki-v-dlinu-s-miesta.html Видеоурок https://yandex.ru/video/preview/17015368326750653258
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	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
99	Освоение правил и техники	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/proekt-meropriyatij-po-podgotovke-obuchayuschih-sya-starshego-shkolnogo-vozrasta-k-sdache-norm-vfsk-gto-po-plavaniyu-3211908.html

	выполнены норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры					
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				Урок https://gto-normativy.ru/normativy-gto-po-plavaniyu/ Презентация (Инфоурок) https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizkulture-znakomstvo-s-gto-klass-1767250.html
101	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил	1				Урок (Инфоурок) https://infourok.ru/sportivnyj-prazdnik-bolshie-gonki-posvyashennyj-zozh-i-vfsk-gotov-k-trudu-i-oborone-gto-dlya-uchashih-sya-1-4-klassov-5125809.html

	и техники выполнения испытаний (тестов) 3 степени					
102	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 степени	1				Урок (Мультурок) https://multiurok.ru/files/stsenarii-sportivnogho-prazdnika-bol-iie-ghonki-v.html
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	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/>



Tranguepulo
u ipaluaru
25 (gabagan's
name) ceent-
Dulman
2509 (11/21
me. M. Beed: no