

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

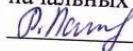
Министерство образования и науки Республики
Башкортостан

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Средняя
общеобразовательная школа с.Ишлы МР Аургазинский район Республики Башкортостан

МБОУ СОШ с.Ишлы

РАССМОТРЕНО

методическим
объединением учителей
начальных классов

 Латыпова Р.Н.

Протокол №1
от «28» 08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
УВР

 Хасанова С.Р.

Протокол №8
от «30.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Зубаирова З.С.

Приказ №130
от «30» 08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2574399)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1-4 классов

(1 класс)

Составитель: Хисамова Гульнара Рафаиловна
учитель начальных классов

с.Ишлы 2023 г

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	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
Раздел 2.Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1.Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			https://resh.edu.ru/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1			https://resh.edu.ru/subject/9/
1.3	Физические качества	2			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		4			
Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Легкая атлетика	14			https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Подвижные и спортивные игры	18			https://resh.edu.ru/subject/9/

Итого по разделу		46			
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14			https://resh.edu.ru/subject/9/ Untitled-1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
Итого по разделу		14			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1		1	03.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
2	Физические качества	1		1	06.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1		1	10.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4	Бег с поворотами и изменением направлений	1		1	13.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
5	Бег с поворотами и изменением направлений	1		1	17.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
6	Физическое развитие	1		1	20.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
7	Сложно координированные беговые упражнения	1		1	24.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
8	Сложно координированные	1		1	27.09.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	беговые упражнения					
9	Дневник наблюдений по физической культуре	1		1	01.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
10	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		1	04.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
11	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		1	08.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
12	Прыжок в высоту с прямого разбега	1		1	15.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
13	Прыжок в высоту с прямого разбега	1		1	18.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
14	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		1	22.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
15	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1		1	25.10.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
16	Броски мяча в неподвижную мишень	1		1	05.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

17	Броски мяча в неподвижную мишень	1		1	08.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
18	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1		1	12.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
19	Закаливание организма	1		1	15.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
20	Строевые упражнения и команды	1		1	19.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
21	Строевые упражнения и команды	1		1	22.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
22	Прыжковые упражнения	1		1	26.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
23	Прыжковые упражнения	1		1	29.11.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
24	Составление комплекса утренней зарядки	1		1	03.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
25	Гимнастическая разминка	1		1	06.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
26	Ходьба на гимнастической скамейке	1		1	10.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
27	Ходьба на гимнастической скамейке	1		1	13.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
28	Зарождение Олимпийских игр.	1		1	17.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	Современные Олимпийские игры					
29	Утренняя зарядка	1		1	20.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
30	Упражнения с гимнастической скакалкой	1		1	24.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
31	Упражнения с гимнастической скакалкой	1		1	27.12.2024	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
32	Упражнения с гимнастическим мячом	1		1	14.01.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
33	Упражнения с гимнастическим мячом	1		1	17.01.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
34	Танцевальные гимнастические движения	1		1	21.01.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
35	Танцевальные гимнастические движения	1		1	24.01.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
36	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1		1	28.01.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
37	Подвижные игры с приемами спортивных игр Игры с приемами	1		1	31.01.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	баскетбола					
38	Игры с приемами баскетбола	1		1	04.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
39	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1		1	07.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
40	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1		1	11.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
41	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		1	14.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
42	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		1	18.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
43	Прием «волна» в баскетболе	1		1	21.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
44	Прием «волна» в баскетболе	1		1	25.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
45	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		1	28.02.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
46	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		1	04.03.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
47	Гонка мячей и слалом с мячом	1		1	07.03.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
48	Гонка мячей и слалом с мячом	1		1	11.03.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
49	Футбольный бильярд	1		1	14.03.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
50	Футбольный бильярд	1		1	18.03.2025	www.ed.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/

51	Бросок ногой	1		1	21.03.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
52	Бросок ногой	1		1	25.03.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
53	Подвижные игры на развитие равновесия Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1		1	28.03.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
54	Подвижные игры на развитие равновесия Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1		1	08.04.2025	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
55	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1		1	11.04.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		1	15.04.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
57	Освоение правил и	1		1	18.04.2025	https://www.gto.ru/#gto-method

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры					
58	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		1	22.04.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		1	25.04.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на	1		1	29.04.2025	https://www.gto.ru/#gto-method

	гимнастической скамье. Подвижные игры					
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		1	06.05.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		1	13.05.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1	16.05.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на	1		1	20.05.2025	https://www.gto.ru/#gto-method

	спине. Подвижные игры					
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		1	23.05.2025	https://www.gto.ru/#gto-method
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
67	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой Дозировка физических нагрузок	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
2	Физическая культура у древних народов Дозировка физических нагрузок	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
5	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
6	Беговые упражнения с координационной сложностью	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
7	Беговые упражнения с координационной	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	сложностью					
8	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
9	Прыжок в длину с разбега	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
10	Прыжок в длину с разбега	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
11	Прыжок в длину с разбега	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
12	Челночный бег	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
13	Челночный бег	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
14	Челночный бег	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
15	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
16	Броски набивного мяча	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
17	Броски набивного мяча	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
18	Броски набивного мяча	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
19	Виды физических упражнений	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
20	Предупреждение	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	травм на занятиях гимнастикой Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики					
21	Закаливание организма под душем	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
22	Дыхательная и зрительная гимнастика	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
23	Строевые команды и упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
24	Строевые команды и упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
25	Передвижения и лазанье по гимнастической скамейке	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
26	Передвижения и лазанье по гимнастической скамейке	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
27	Передвижения, лазанье по гимнастической стенке	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
28	Передвижения, лазанье по	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	гимнастической стенке					
29	Прыжки через скакалку	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
30	Прыжки через скакалку	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
31	Ритмическая гимнастика	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
32	Ритмическая гимнастика	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
33	Танцевальные упражнения из танца галоп	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
34	Танцевальные упражнения из танца галоп	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
35	Танцевальные упражнения из танца полька	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
36	Танцевальные упражнения из танца полька	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
37	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
38	Подвижные игры с	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки					
39	Спортивная игра баскетбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
40	Спортивная игра баскетбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
41	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
42	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
43	Подвижные игры с приемами баскетбола	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
44	Подвижные игры с приемами баскетбола	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
45	Спортивная игра волейбол, пионербол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
46	Спортивная игра волейбол, пионербол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
47	Спортивная игра волейбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
48	Спортивная игра волейбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

49	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1		1		www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
50	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1		1		www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
51	Спортивная игра футбол	1		1		www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
52	Спортивная игра футбол	1		1		www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
53	Подвижные игры с приемами футбола	1		1		www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
54	Подвижные игры с приемами футбола	1		1		www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/
55	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
56	Освоение правил и техники выполнения	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты					
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
59	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		1		https://www.gto.ru/#gto-method
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	Эстафеты					
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	метание мяча весом 150г. Подвижные игры					
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
67	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

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

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1		1	01.09.2023	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
2	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3	Беговые упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4	Беговые упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
5	Беговые упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
6	Беговые упражнения	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
8	Метание малого мяча на дальность	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
9	Метание малого мяча на дальность	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
10	Метание малого мяча на дальность	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
11	Упражнения в прыжках в высоту с	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	разбега					
12	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
13	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
14	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
15	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
16	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
17	Из истории развития физической культуры в России	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
18	Предупреждение травм на занятиях гимнастикой Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
19	Акробатическая комбинация	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
20	Акробатическая	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	комбинация					
21	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
22	Закаливание организма	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
23	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
24	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
25	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
26	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
27	Обучение опорному	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	прыжку					
28	Обучение опорному прыжку	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
29	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
30	Упражнения на гимнастической перекладине	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
31	Упражнения на гимнастической перекладине	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
32	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
33	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
34	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

35	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
36	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
37	Из истории развития национальных видов спорта	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
38	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
39	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
40	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
41	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
42	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

43	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
44	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
45	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
46	Упражнения из игры волейбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
47	Упражнения из игры волейбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
48	Упражнения из игры волейбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
49	Упражнения из игры баскетбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
50	Упражнения из игры баскетбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
51	Упражнения из игры баскетбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
52	Упражнения из игры футбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
53	Упражнения из игры футбол	1		1		www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
54	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время					
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
58	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		1		https://www.gto.ru/#gto-method
59	Самостоятельная	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	физическая подготовка					
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	ногами. Эстафеты					
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method
68	Праздник «Большие гонки», посвященный	1		1		https://www.gto.ru/#gto-method

	ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

«Издательство «Просвещение»

Физическая культура - 1 класс - Российская электронная школа

(resh.edu.ru)

<https://www.gto.ru>

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

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

https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htm

Методические рекомендации | ВФСК ГТО (gto.ru)

<https://www.gto.ru>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://uchi.ru>https://edsoo.ru/Metodicheskie_videouroki.htmФизическая

культура

- Российская электронная школа (resh.edu.ru)

<https://www.gto.ru>

ВФСК ГТО (gto.ru)