

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №1 имени В.И. Ленина»

Утверждаю _____

м.п.

«Согласовано»

Рассмотрено и одобрено
на заседании кафедры
физической культуры и
спорта

Протокол №1

от _____ года

Завкафедрой
физвоспитания

Усачева В.Н.

ио Директор МБОУ Гимназия №1
Павлова Н.В.
Приказ № _____
от _____ года

Заместитель директора по
УВР
Воротникова В. Н.
Дата _____ года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 876027)

учебный предмет «Физическая культура» (Вариант 2)

для учащихся 1 – 4 классов

2023-2024 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к освоению программного 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 учетом особенностей современного российского общества в физически фундаментальном и деятельностном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для развития, самоопределения и самореализации.

В программе по физическому отражению объективно измененные реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогические разработки по обновлению содержания образовательного культурного процесса, внедрение в него современных подходов, новых методов и технологий.

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

Целью физического образования на уровне начального общего образования является воспитание у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой культуры самостоятельно в развитии развитых форм физических упражнений. Достижение данной цели, ориентация учебных предметов на устойчивость и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических методов и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в том, чтобы у обучающихся было необходимое и достаточное физическое здоровье, уровень развития физических методов и физического обучения разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счет овладения этими принципами и навыками по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, горизонтальной и зрительной гимнастикой, проведением физкультминуток и утренней зарядки, закаливающими процедурами, наблюдениями за физическим обучением и физической подготовленностью.

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

Методологическая структура структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования представляют собой базовые положения личностно-деятельного кабинета, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостности личности обучающихся. Достижение целостности развития становится возможным благодаря освоению обучающимися средств двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и в любой деятельности, она включает в себя информационные, операциональные и мотивационно-процессуальные компоненты, которые находят свое отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной направленности учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в типовой программе по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная графическая культура». Данный модуль позволит поддержать интерес обучающихся к занятиям спортом и активному участию

в конкурентных соревнованиях, в конкурентной деятельности в стране и в системе активного образования.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная визуализация культуры» программами наблюдения по видам спорта, которые могут использоваться формирующими исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, существующих материально-технических баз, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разработать свое содержание для модуля «Прикладно-ориентированная фигура культуры» и включить в него популярные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основанные на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные ее 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 обучения достигается на основе 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 – 132 часов: в 1 -66 часов (2 часа в неделю), 2 класс – 66 часов (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом для улучшения здоровья, развития и физической подготовки. Соблюдайте физические упражнения с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная внешность культуры

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

Спортивно-оздоровительная визуальная культура

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

Гимнастика с основами акробатики

Исходные положения в физических движениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевое упражнение: построение и перестроение в одну и две шеренги, стояние на месте, повороты вправо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбoем 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 упора лежа, прыжки в группировке, толчком двух ног, прыжки в упоре на руках, толчком двух ног.

Лыжная подготовка

Переноска ходит на занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступенчатым шагом (без палок). Передвижение на лыжах со скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в высоту и высоту с места толчком двух ног, в высоту с прямым разбега.

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная графическая культура

Развитие основных средств обеспечения устойчивости 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 по физической культуре.

Физическое совершенствование

Оздоровительная внешность культуры

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

Спортивно-оздоровительная визуальная культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строительные команды в строительстве и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одинаковой 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 руки. 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 падение на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Бросок мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, при движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямым разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорение из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с понижением умеренного замедления.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приемами других игр (баскетбол, футбол).

Прикладно-ориентированная графическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных средств средств мобильных и устойчивых игр.

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программы освоения личностных результатов по физической культуре на уровне начального общего образования предусматриваются в рамках образовательной и воспитательной деятельности в соответствии с переменами, предусмотренными социокультурными и духовно-нравственными ценностями, проводимыми в соответствии с правилами и нормами поведения и соблюдающими процессами самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личность.

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

- становление ценностного отношения к истории и развитие физической культуры народов России, осознание ее связи с трудовой сферой и укреплением здоровья человека;
- обеспечивает морально-этические нормы поведения и правила межличностного общения во время подвижных игр и строгое соблюдение требований, выполнение оператором инструкций;
- вежливое отношение к соперникам во время соревновательной деятельности, оказание первой помощи при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к проведению национальных национальных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- повышенный интерес к изучению естественного физического развития и физической подготовки, занятий физической культурой и спортом по их показателям.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающихся формируются познавательные универсальные технологические, коммуникативные универсальные технологические действия, регулятивные универсальные технологические действия, современные виды деятельности.

К концу обучения в **1 классе** у обучающихся будут сформированы следующие универсальные технологические действия.

Познавательные универсальные технологические действия :

- наличие общих и отличительных признаков при перемещении людей и животных;
- поддерживать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими навыками современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки логической и неправильной осанки, приводя к возможности обоснования ее возможностей.

Коммуникативные универсальные технологические действия :

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценить влияние гигиенических процедур на здоровье;
- управлять факторами во время занятий физической культурой и проведением подвижных игр, соблюдать правила поведения и

положительно обращать внимание на замечания других обучающихся и учителей;

- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные технологические действия :

- Выполняйте комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по мере нарушений и коррекции осанки;
- Выполнять технические задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических навыков;
- обеспечить важное отношение участников к игровой и соревновательной деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающихся будут сформированы следующие универсальные технологические действия.

Познавательные универсальные технологические действия :

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и стабильностью здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений для развития различных физических примеров, приводить примеры и выполнять их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, основывать комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушений осанки;
- вести наблюдение за изменениями показателей физического развития и физических методов, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные технологические действия :

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить ее положительное воздействие на организм обучающихся (в пределах изучаемого);
- исполнять роль капитана и судьи в живых собраниях, аргументированно высказывать мнения о своих действиях и принимать решения;
- делать небольшие сообщения в период возникновения подвижных игр и в более позднее время, планировать режим дня, способы измерения показателей физического развития и подготовки физической силы.

Регулятивные универсальные технологические действия :

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их содержания, находить в них отличия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять научные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических методов в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных занятий, соблюдать культуру общения и уважительное обращение к другим обучающимся;
- Контролируйте соблюдение правил двигательных действий в подвижных играх, контролируйте эмоциональную сдержанность при устранении ошибок.

К завершению обучения в **3 классе** у обучающихся будут сформированы следующие универсальные технологические действия.

Познавательные универсальные технологические действия :

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры обучения древних людей в современных международных соревнованиях;

- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять методы ее регулирования на занятиях физической культурой;
- учитывать влияние внешней и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомлений при выполнении физических и умственных услуг;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, соблюдать правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушений осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических показателей в течение учебного года, определяя их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные технологические действия :

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

Регулятивные универсальные технологические 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 по правилам живых игр;
- Определите сложность возникающих игровых задач, предложите их совместное коллективное решение.

К завершению обучения в **4 классе** у обучающихся будут сформированы следующие универсальные технологические действия.

Познавательные универсальные технологические действия :

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических образцов по возрастным стандартам, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединить физические упражнения по их целевому назначению: для профилактики нарушений осанки, развития силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные технологические действия :

- взаимодействовать с учителем и обучающимся можно, воспроизводить, приводить ранее изученный материал и работать над вопросами в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимся, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, изучению физических упражнений;
- оказать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные технологические действия :

- выполнять указания учителя, контролировать активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельное проведение занятий на основе изученного материала и с учетом естественных интересов; оценить успехи своих исследований на занятиях по физической культуре, мерам по разработке физических образцов, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

К окончанию обучения в **1 классе** учащиеся достигают следующих результатов по предметам программы по физической культуре:

- приводить основные повседневные дела и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- Выполняйте упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушений осанки и соблюдать осторожность по отношению к их нарушениям;
- изменить построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бегать с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- переход перемещения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двух ног;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

К завершению обучения во **2 классе** учащиеся достигают следующих результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приведем основные теоретические положения и выскажем свое мнение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;

- измерять показатели длины и массы тела, проводить измерения с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдение за их изменениями;
- Выполнять броски детского (теннисного) мяча в мишень из разных положений и других методов, переходя к манере подбрасывания гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасыванию его руками на руку, перекачиванию;
- дополнительный танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямым разбегом;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, опускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры для развития основных физических качеств, используя технические приемы из традиционных игр;
- - Выполните упражнения по развитию физического материала.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	
		Всего	Контрольные работы		Практические работы
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	2	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
Добавить текст					
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1	0	1	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
Добавить текст					
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная визуальная культура					
1.1	Гигиена человека	1	0	1	[[Полнос для свободного ввода]]
1.2	Осанка человек	1	0	1	[[Полнос для свободного ввода]]
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	[[Полнос для свободного ввода]]
Добавить текст					
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная визуальная культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	0	18	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
2.2	Лыжная подготовка	12	0	12	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
2.3	Легкая атлетика	18	0	18	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	0	17	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
	Добавить текст				
	Итого по разделу	67			
	Раздел 3. Прикладно-ориентированная визуальная культура				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	0	26	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
	Добавить текст				
	Итого по разделу	26			
	Добавить раздел				
	Добавить модуль				
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99	0	97	

2 КЛАСС

№ п/п	Название 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	1	2	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
	Добавить текст				
	Итого по разделу	3			
	Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	1	8	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
	Добавить текст				
	Итого по разделу	9			
	ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
	Раздел 1. Оздоровительная визуальная культура				
1.1	Занятия по вопросам здоровья	1	0	1	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	2	[[www.edu.ru www.school.edu.ru]]

№ п/п	Название разделов и тем программы	Всего	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Контрольные работы	Практические работы	
	Добавить текст				https://uchi.ru/]]
	Итого по разделу	3			
	Раздел 2. Спортивно-оздоровительная визуальная культура				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	1	13	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
2.2	Лыжная подготовка	12	1	11	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
2.3	Легкая атлетика	14	1	13	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
2.4	Подвижные игры	19	1	18	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
	Добавить текст				
	Итого по разделу	59			
	Раздел 3. Прикладно-ориентированная визуальная культура				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	2	26	[[www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/]]
	Добавить текст				
	Итого по разделу	28			
	Добавить раздел				
	Добавить модуль				
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	8	94	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
1	[[Что такое Графическая культура]]	1	0	1	введите обозначения [[http://sgo.cit73.ru/]]
2	[[Современные физические упражнения]]	1	0	1	введите обозначения [[http://sgo.cit73.ru/]]
3	[[Режим дня и правила его составления и соблюдения]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
4	[[Личная гигиена и гигиенические процедуры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
5	[[Осанка человек. Упражнения для осанки]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
6	[[Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
7	[[Правила поведения на уроках физической культуры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
8	[[Понятие гимнастики и спортивной гимнастики]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
9	[[Исходные положения в физических рисунках]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
10	[[Учимся гимнастическим рисункам]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
11	[[Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
12	[[Акробатические упражнения, базовая техника]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
13	[[Акробатические упражнения, базовая техника]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
14	[[Строевые упражнения и организующие навыки на уроках физической культуры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода 1]]
15	[[Способы построения и повороты стоя на месте]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
16	[[Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
17	[[Гимнастические удары с мячом]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
18	[[Гимнастические упражнения со скакалкой]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
19	[[Гимнастические упражнения в прыжках]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
20	[[Подъем туловища из положения лежа на спине и животе]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
21	[[Подъем ноги из положения лежа на животе]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
22	[[Сгибание рук в положение упора лежа]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
23	[[Разучивание прыжков в группировке]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
24	[[Прыжки в упоре на руках, толчком двух ног]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
25	[[Строевые движения с лыжами в руках]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
26	[[Строевые движения с лыжами в руках]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
27	[[Упражнения в передвижении на лыжах]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
28	[[Упражнения в передвижении на лыжах]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
29	[[Имитационная техника передвижения на лыжах]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]	[[Полюс для свободного ввода1]]
30	[[Имитационная техника передвижения на лыжах]]	1	0	1	введите	[[Полюс для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
31	[[Техника ступающего шага во время передвижения]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
32	[[Техника ступающего шага во время передвижения]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
33	[[Имитационная техника передвижения на лыжах с плавным шагом]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
34	[[Имитационная техника передвижения на лыжах с плавным шагом]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
35	[[Техника передвижения с плавным шагом в полной независимости]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
36	[[Техника передвижения с плавным шагом в полной независимости]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
37	[[Чем отличается ходьба от бега]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
38	[[Упражнения в передвижении с равномерной скоростью]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
39	[[Упражнения в передвижении с равномерной скоростью]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
40	[[Упражнения в передвижении с изменением скорости]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
41	[[Упражнения в передвижении с изменением скорости]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
42	[[Обучение равномерному бегу в колонне по одной с низкой скоростью]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
43	[[Обучение равномерному бегу в колонне по одной с низкой скоростью]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
44	[[Обучение равномерному бегу в колонне по одной с разной скоростью передвижения]]	1	0	1	обозначения введите обозначения ввода1]]
45	[[Обучение равномерному бегу в колонне по одной с	1	0	1	введите [[Полнос для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
	разной скоростью передвижения]]				обозначения ввода1]]
46	[[Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
47	[[Правила выполнение прыжка в угол с места]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
48	[[Разучивание одновременного отталкивания двух ног]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
49	[[Приземление после спрыгивания с горки матов]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
50	[[Обучение прыжку в высоту с места в полной гармонии]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
51	[[Разучивание техники выполнения прыжка в горизонт и в высоту с прямого разбега]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
52	[[Разучивание фазы приземления из прыжка]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
53	[[Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
54	[[Разучивание выполнения прыжка в горизонт с места]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
55	[[Считалки для мобильных игр]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
56	[[Разучивание игровых действий и правил подвижных игр]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
57	[[Разучивание игровых действий и правил подвижных игр]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
58	[[Обучение способам создания игровых площадок]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
59	[[Обучение способам создания игровых площадок]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
60	[[Самостоятельная организация и проведение мобильных	1	0	1	введите [[Полнос для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
	игр]]				обозначения ввода1]]
61	[[Самостоятельная организация и проведение мобильных игр]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
62	[[Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
63	[[Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
64	[[Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
65	[[Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
66	[[Разучивание подвижной игры «Не оступись»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
67	[[Разучивание подвижной игры «Не оступись»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
68	[[Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблоки»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
69	[[Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблоки»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
70	[[Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
71	[[Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
72	[[Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
73	[[Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
74	[[ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы]]	1	0	1	введите [[Полюс для свободного обозначения ввода1]]
75	[[Основные правила, ТБ на занятиях, особенности	1	0	1	введите [[Полюс для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
	проведения испытаний (испытаний) ВФСК ГТО]]				обозначения ввода1]]
76	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
77	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
78	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
79	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
80	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
81	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
82	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
83	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
84	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
85	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
86	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
87	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]
88	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения	1	0	1	введите [[Полнос для свободного обозначения ввода1]]

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
	лежа на спине. Подвижные игры]]				
89	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
90	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в перспективе с места толчком двух ног. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
91	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в перспективе с места толчком двух ног. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
92	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
93	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
94	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
95	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
96	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
97	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
98	[[Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
99	[[Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]

Добавить текст

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	99		

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 в древних народах]]	1	0	1	введите обозначения	[[http://sgo.cit73.ru/]]
2	[[История подвижных игр и соревнований в древних народах]]	1	0	1	введите обозначения	[[http://sgo.cit73.ru/]]
3	[[Современные Олимпийские игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
4	[[Физические качества]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
5	[[Сила как устойчивое качество]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
6	[[Быстрота как фундаментальное качество]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
7	[[Выносливость как физическое качество]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
8	[[Гибкость как стабильное качество]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
9	[[Развитие согласительных движений]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
10	[[Развитие согласительных движений]]	1	1	0	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
11	[[Дневник наблюдений по физической культуре]]	1	0	0	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
12	[[Закаливание организма]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]
13	[[Утренняя зарядка]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полюс для свободного ввода1]]

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
14	[[Составление комплекса утренней зарядки]]	1	1	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
15	[[Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
16	[[Строевые действия и команды]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
17	[[Строевые действия и команды]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
18	[[Прыжковые игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
19	[[Прыжковые игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
20	[[Гимнастическая разминка]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
21	[[Ходьба на гимнастической скамейке]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
22	[[Ходьба на гимнастической скамейке]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
23	[[Упражнения с гимнастической скакалкой]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
24	[[Упражнения с гимнастической скакалкой]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
25	[[Упражнения с гимнастическим мячом]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
26	[[Упражнения с гимнастическим мячом]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
27	[[Танцевальные гимнастические движения]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
28	[[Танцевальные гимнастические движения]]	1	1	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
29	[[Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой]]	1	0	1	введите	[[Полнос для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
30	[[Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
31	[[Спуск с горы в основной стойке]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
32	[[Спуск с горы в основной стойке]]	1	0	0	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
33	[[Подъем деревянной]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
34	[[Подъем деревянной]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
35	[[Спуски и подъёмы на лыжах]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
36	[[Спуски и подъёмы на лыжах]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
37	[[Торможение лыжными палками]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
38	[[Торможение лыжными палками]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
39	[[Торможение падения на бок]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
40	[[Торможение падения на бок]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
41	[[Правила поведения на занятиях легкой атлетикой]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
42	[[Броски мяча в неподвижную мишень]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
43	[[Броски мяча в неподвижную мишень]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
44	[[Сложно координированные прыжковые прыжки]]	1	0	1	обозначения введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
45	[[Сложно координированные прыжковые прыжки]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
46	[[Прыжок в высоту с прямым разбега]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
47	[[Прыжок в высоту с прямым разбега]]	1	1	0	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
48	[[Сложно координированное передвижение ходьбой по гимнастической скамейке]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
49	[[Сложно координированное передвижение ходьбой по гимнастической скамейке]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
50	[[Передвижение широким ходьбем с наклонами туловища вперед и в стороны, разведением и проведением рук]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
51	[[Начали с поворотами и изменениями]]	1	0	0	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
52	[[Начали с поворотами и изменениями]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
53	[[Сложно координационные беговые упражнения]]	1	1	0	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
54	[[Сложно координационные беговые упражнения]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
55	[[Подвижные игры с приемами других игр]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
56	[[Игры с приемами баскетбола]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
57	[[Игры с приемами баскетбола]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
58	[[Приемы баскетбола: мяч по среднему и мяч по соседу]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
59	[[Приемы баскетбола: мяч по среднему и мяч по соседу]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
60	[[Бросок мяча в колонне и неудобный бросок]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
61	[[Бросок мяча в колонне и неудобный бросок]]	1	0	1	обозначения ввода1]] введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
62	[[Прием «волна» в баскетболе]]	1	1	0	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
63	[[Прием «волна» в баскетболе]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
64	[[Игры с приемами футбола: метко в цель]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
65	[[Игры с приемами футбола: метко в цель]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
66	[[Гонка мячей и слалом с мячом]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
67	[[Гонка мячей и слалом с мячом]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
68	[[Футбольный бильярд]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
69	[[Футбольный бильярд]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
70	[[Бросок ногой]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
71	[[Бросок ногой]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
72	[[Подвижные игры по поддержанию равновесия]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
73	[[Подвижные игры по поддержанию равновесия]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
74	[[Правила выполнения средних нормативов 2 ступени]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения
75	[[Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО]]	1	0	1	введите [[Полнос для свободного ввода1]] обозначения

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
76	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
77	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
78	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
79	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
80	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение за границу. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
81	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение за границу. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
82	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты]]	1	0	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
83	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты]]	1	0	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
84	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из визы на высокую перекладину – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
85	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из визы на высокую перекладину – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
86	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися на низком перекладине 90см. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
87	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися на низком перекладине 90см. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
88	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися на низком перекладине 90см. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры]]					ввода1]]
89	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
90	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в перспективе с места толчком двух ног. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
91	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в перспективе с места толчком двух ног. Эстафеты]]	1	1	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
92	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
93	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
94	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
95	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
96	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
97	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты]]	1	0	1	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
98	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры]]	1	0	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
99	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры]]	1	0	0	введите обозначения	[[Полнос для свободного ввода1]]
100	[[Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры]]	1	0	1	введите обозначения	[[http://sgo.cit73.ru/Поле для свободного ввода1]]

№ п/п	Тема урока	Количество часов		Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы		
101	[[«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (испытаний) 2 ступень ГТО]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
102	[[«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (испытаний) 2 ступень ГТО]]	1	0	1	введите обозначения [[Полнос для свободного ввода1]]
Добавить текст ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	7	88	

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

компьютерный
стол
Ноутбу
к
учителя

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая жесткая
Мат гимнастический прямой
Бревно гимнастическое напольное
Перекладина гимнастическая
пристенная
Канат для лазания
Перекладина навесная
универсальная
Тренажер навесной для пресса
Мяч для метания
Набор для подвижных игр
Комплект для проведения
спортмероприятий
Комплект судейский
Ботинки для лыж
Льжи
Льжные палки
Стойки волейбольные с
волейбольной сеткой.
Ворота для минифутбола складные
Мяч баскетбольный
Мяч футбольный
Мяч волейбольный