Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 34»

ВЫПИСКА ИЗ АДАПТИРОВАННОЙ ОСНОВНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ (ВАРИАНТ 7.1, 7.2), утвержденной приказом № 34 от 30.08.2022 г. № 213

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» начальное общее образование

1-4 классы

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 поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

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

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

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

Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

3 КЛАСС

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

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

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

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

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

Плавательная подготовка. Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине; брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками; погружение в воду и 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 УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

Патриотическое воспитание:

ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о

спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Гражданское воспитание:

представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

Ценности научного познания:

- 1) знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- 2) познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- 3) познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- 4) интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание:

- 1) экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- 2) экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической культуре отражают овладение универсальными познавательными действиями.

В составе метапредметных результатов выделяют такие значимые для формирования мировоззрения формы научного познания, как научный факт, гипотеза, теория, закон, понятие, проблема, идея, категория, которые используются в естественно-научных учебных предметах и позволяют на основе знаний из этих предметов формировать представление о целостной научной картине мира, и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные), которые обеспечивают формирование готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности.

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической

культуре отражают овладение универсальными учебными действиями, в том числе:

- 1. Познавательные универсальные учебные действия, отражающие методы познания окружающего мира:
- 1) ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;
- 2) выявлять признаки положительного влияния занятий физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- 3) моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений, плавании;
- 4) устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- 5) классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека;
- 6) приводить примеры и осуществлять демонстрацию гимнастических упражнений, навыков плавания, ходьбы на лыжах (при условии наличия снежного покрова), упражнений начальной подготовки по виду спорта (по выбору), туристических физических упражнений;
- 7) самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинацию упражнений для утренней гимнастики с индивидуальным дозированием физических упражнений;
- 8) формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 9) овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов;
- 10) использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для эффективного физического развития, в том числе с использованием гимнастических, игровых, спортивных, туристических физических упражнений;
- 11) использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.
- 2. Коммуникативные универсальные учебные действия, отражающие способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использовать правила общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельную организацию речевой деятельности в устной и письменной форме:
- 1) вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать репликиуточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- 2) описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- 3) строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах;

- 4) организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) игры, спортивные эстафеты, выполнение физических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата;
- 5) проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
- 6) продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр на уроках, во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- 7) конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.
- 3. **Регулятивные универсальные учебные действия**, отражающие способности обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка):
- 1) оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- 2) контролировать состояние организма на уроках физической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- 3) предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- 4) проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности; проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе физкультурно-спортивной, деятельности; анализировать свои ошибки:
- 5) осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты изучения учебного предмета «Физическая культура» отражают опыт учащихся в физкультурной деятельности.

В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленного данной программой, выделяются: полученные знания, освоенные обучающимися; умения и способы действий, специфические для предметной области «Физическая культура» периода развития детей возраста начальной школы; виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях.

В состав предметных результатов по освоению обязательного содержания включены физические упражнения:

- 1) гимнастические упражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий, эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функции организма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений;
- 2) игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (элементарных движений, бега, бросков и т. п.), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия (точнее бросить, быстрее добежать, выполнить в соответствии с предлагаемой техникой выполнения или конечным результатом задания и т. п.);
 - 3) туристические физические упражнения, включающие ходьбу, бег, прыжки,

преодоление препятствий, ходьбу на лыжах, езду на велосипеде, эффективность которых оценивается комплексным воздействием на организм и результативностью преодоления расстояния и препятствий на местности;

4) спортивные упражнения объединяют ту группу действий, исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзной спортивной классификацией и является предметом специализации для достижения максимальных спортивных результатов. К последней группе в программе условно относятся некоторые физические упражнения первых трёх трупп, если им присущи перечисленные признаки (спортивные гимнастические упражнения, спортивные игровые упражнения, спортивные туристические упражнения).

Предметные результаты представлены по годам обучения и отражают сформированность у обучающихся определённых умений.

1 класс

1. Знания о физической культуре:

- 1) различать основные предметные области физической культуры (гимнастика, игры, туризм, спорт);
- 2) формулировать правила составления распорядка дня с использованием знаний принципов личной гигиены, требований к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями в зале и на улице; иметь представление о здоровом образе жизни, о важности ведения активного образа жизни; знать и формулировать основные правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на спортивной площадке, в бассейне);
- 3) знать и формулировать простейшие правила закаливания и организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, уметь применять их в повседневной жизни; понимать и раскрывать значение регулярного выполнения гимнастических упражнений для гармоничного развития; знать и описывать формы наблюдения за динамикой развития гибкости и координационных способностей;
 - 4) знать основные виды разминки.

2. Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями:

- 1) выбирать гимнастические упражнения для формирования стопы, осанки в положении стоя, сидя и при ходьбе; упражнения для развития гибкости и координации;
- 2) составлять и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, выполнения упражнений гимнастики; измерять и демонстрировать в записи индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их значения с рекомендуемыми для гармоничного развития значениями.

Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения:

участвовать в спортивных эстафетах, развивающих подвижных играх, в том числе ролевых, с заданиями на выполнение движений под музыку и с использованием танцевальных шагов; выполнять игровые задания для знакомства с видами спорта, плаванием, основами туристической деятельности; общаться и взаимодействовать в игровой деятельности; выполнять команды и строевые упражнения.

3. Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- 1) осваивать технику выполнения гимнастических упражнений для формирования опорно-двигательного аппарата, включая гимнастический шаг, мягкий бег;
- 2) упражнения основной гимнастики на развитие физических качеств (гибкость, координация), эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы, и развития силы, основанной на удержании собственного веса;

- 3) осваивать гимнастические упражнения на развитие моторики, координационноскоростных способностей, в том числе с использованием гимнастических предметов (скакалка, мяч);
- 4) осваивать гимнастические упражнения, направленные на развитие жизненно важных навыков и умений (группировка, кувырки; повороты в обе стороны; равновесие на каждой ноге попеременно; прыжки толчком с двух ног вперёд, назад, с поворотом в обе стороны;
 - 5) осваивать способы игровой деятельности.

2 класс

1. Знания о физической культуре:

- 1) описывать технику выполнения освоенных гимнастических упражнений по видам разминки; отмечать динамику развития личных физических качеств: гибкости, силы, координационно-скоростных способностей;
- 2) кратко излагать историю физической культуры, гимнастики, олимпийского движения, некоторых видов спорта; излагать и находить информацию о ГТО, его нормативов; описывать технику удержания на воде и основных общеразвивающих гимнастических упражнений как жизненно важных навыков человека; понимать и раскрывать правила поведения на воде; формулировать правила проведения водных процедур, воздушных и солнечных ванн; гигиенические правила при выполнении физических упражнений, во время купания и занятий плаванием; характеризовать умение плавать.

2. Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями:

- 1) выбирать и уметь составлять комплексы упражнений основной гимнастики для выполнения определённых задач, включая формирование свода стопы, укрепление определённых групп мышц, увеличение подвижности суставов;
- 2) уметь использовать технику контроля за соблюдением осанки и правильной постановки стопы при ходьбе; характеризовать основные показатели физических качеств и способностей человека (гибкость, сила, выносливость, координационные и скоростные способности) и перечислять возрастной период для их эффективного развития;
- 3) принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности; оценивать правила безопасности в процессе игры;
 - 4) знать основные строевые команды.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью:

- 1) составлять письменно и выполнять индивидуальный распорядок дня с включением утренней гимнастики, физкультминуток, регулярных упражнений гимнастики; измерять, сравнивать динамику развития физических качеств и способностей: гибкости, координационных способностей; измерять (пальпаторно) частоту сердечных сокращений при выполнении упражнений с различной нагрузкой;
- 2) классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, по преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека.

Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты, командные перестроения:

участвовать в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах; устанавливать ролевое участие членов команды; выполнять перестроения.

3. Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- 1) осваивать физические упражнения на развитие гибкости и координационноскоростных способностей;
- 2) осваивать и демонстрировать технику перемещения гимнастическим шагом; мягким бегом вперёд, назад; прыжками; подскоками, галопом;
- 3) осваивать и демонстрировать технику выполнения подводящих, гимнастических и акробатических упражнений, танцевальных шагов, работы с гимнастическими предметами для развития моторики, пространственного воображения, меткости, гибкости, координационно-скоростных способностей;
- 4) демонстрировать равновесие стоя и в полуприседе на каждой ноге попеременно; прыжки на месте с полуповоротом с прямыми ногами и в группировке (в обе стороны);
- 5) осваивать технику плавания одним или несколькими спортивными стилями плавания (при наличии материально-технического обеспечения).

3 класс

1. Знания о физической культуре:

- 1) представлять и описывать структуру спортивного движения в нашей стране; формулировать отличие задач физической культуры от задач спорта;
- 2) выполнять задания на составление комплексов физических упражнений по преимущественной целевой направленности их использования; находить и представлять материал по заданной теме; объяснять связь физических упражнений для формирования и укрепления здоровья, развития памяти, разговорной речи, мышления;
- 3) представлять и описывать общее строение человека, называть основные части костного скелета человека и основные группы мышц;
 - 4) описывать технику выполнения освоенных физических упражнений;
- 5) формулировать основные правила безопасного поведения на занятиях по физической культуре;
- 6) находить информацию о возрастных период, когда эффективно развивается каждое из следующих физических качеств: гибкость, координация, быстрота; сила; выносливость;
- 7) различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств и способностей человека;
 - 8) различать упражнения на развитие моторики;
 - 9) объяснять технику дыхания под водой, технику удержания тела на воде;
- 10)формулировать основные правила выполнения спортивных упражнений (по виду спорта на выбор);
 - 11) выявлять характерные ошибки при выполнении физических упражнений.

2. Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровье формирующими физическими упражнениями:

- 1) самостоятельно проводить разминку по её видам: общую, партерную, разминку у опоры; характеризовать комплексы гимнастических упражнений по целевому назначению;
- 2) организовывать проведение игр, игровых заданий и спортивных эстафет (на выбор).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью:

- 1) определять максимально допустимую для себя нагрузку (амплитуду движения) при выполнении физического упражнения; оценивать и объяснять меру воздействия того или иного упражнения (по заданию) на основные физические качества и способности;
- 2) проводить наблюдения за своим дыханием при выполнении упражнений основной гимнастики.

Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты:

- 1) составлять, организовывать и проводить игры и игровые задания;
- 2) выполнять ролевые задания при проведении спортивных эстафет с гимнастическим предметом / без гимнастического предмета (организатор эстафеты, главный судья, капитан, член команды).

3. Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- 1) осваивать и выполнять технику разучиваемых физических упражнений и комбинаций гимнастических упражнений с использованием в том числе танцевальных шагов, поворотов, прыжков;
- 2) осваивать и выполнять технику спортивного плавания стилями (на выбор): брасс, кроль на спине, кроль;
- 3) осваивать технику выполнения комплексов гимнастических упражнений для развития гибкости, координационно-скоростных способностей;
- 4) осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений и жизненно важных навыков двигательной деятельности человека, такие как: построение и перестроение, перемещения различными способами передвижения, группировка; перекаты, повороты, прыжки, удержание на воде, дыхание под водой и т. д.;
- 5) проявлять физические качества: гибкость, координацию и демонстрировать динамику их развития;
- 6) осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий;
 - 7) осваивать строевой и походный шаг.

Спортивно-оздоровительная деятельность:

- 1) осваивать и демонстрировать технику стилей спортивного плавания (брасс, кроль) с динамикой улучшения показателей скорости при плавании на определённое расстояние;
- 2) осваивать комплексы гимнастических упражнений и упражнений акробатики с использованием и без использования гимнастических предметов (мяч, скакалка);
- 3) осваивать универсальные умения прыжков, поворотов, равновесий, включая: серию поворотов и прыжков на девяносто и сто восемьдесят градусов; прыжки с толчком одной ногой, обеими ногами с прямыми и согнутыми коленями, прямо и с полуповоротом, с места и с разбега; прыжки и подскоки через вращающуюся скакалку;
- 4) осваивать универсальные умения ходьбы на лыжах (при возможных погодных условиях), бега на скорость, метания теннисного мяча в заданную цель, прыжков в высоту через планку, прыжков в длину и иное;
- 5) осваивать универсальные умения при выполнении специальных физических упражнений, входящих в программу начальной подготовки по виду спорта (по выбору).

4 класс

1. Знания о физической культуре:

- 1) определять и кратко характеризовать физическую культуру, её роль в общей культуре человека; пересказывать тексты по истории физической культуры, олимпизма; понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью;
- 2) называть направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания;
- 3) понимать и перечислять физические упражнения в классификации по преимущественной целевой направленности;
- 4) формулировать основные задачи физической культуры; объяснять отличия задач физической культуры от задач спорта;
- 5) характеризовать туристическую деятельность, её место в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического

воспитания и отмечать роль туристической деятельности в ориентировании на местности и жизнеобеспечении в трудных ситуациях;

- 6) давать основные определения по организации строевых упражнений: строй, фланг, фронт, интервал, дистанция, направляющий, замыкающий, шеренга, колонна;
 - 7) знать строевые команды;
- 8) знать и применять методику определения результатов развития физических качеств и способностей: гибкости, координационно-скоростных способностей;
- 9) определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма;
- 10) определять состав спортивной одежды в зависимости от погодных условий и условий занятий;
- 11) различать гимнастические упражнения по воздействию на развитие физических качеств (сила, быстрота, координация, гибкость).

2. Способы физкультурной деятельности:

- 1) составлять индивидуальный режим дня, вести дневник наблюдений за своим физическим развитием, в том числе оценивая своё состояние после закаливающих процедур;
- 2) измерять показатели развития физических качеств и способностей по методикам программы (гибкость, координационно-скоростные способности);
- 3) объяснять технику разученных гимнастических упражнений и специальных физических упражнений по виду спорта (по выбору);
 - 4) общаться и взаимодействовать в игровой деятельности;
- 5) моделировать комплексы упражнений по заданной цели: на развитие гибкости, координации, быстроты, моторики, улучшение подвижности суставов, увеличение эластичности мышц, формирование стопы и осанки, развитие меткости и т. д.;
- 6) составлять, организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.

3. Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность:

- 1) осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий (гимнастические минутки, утренняя гимнастика, учебно-тренировочный процесс);
- 2) моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств и способностей в зависимости от уровня физической подготовленности и эффективности динамики развития физических качеств и способностей;
- 3) осваивать универсальные умения по контролю за величиной физической нагрузки при выполнении упражнений на развитие физических качеств по частоте сердечных сокращений;
- 4) осваивать навыки по самостоятельному выполнению гимнастических упражнений при различных видах разминки: общей, партерной, разминки у опоры в целях обеспечения нагрузки на группы мышц в различных положениях (в движении, лёжа, сидя, стоя);
- 5) принимать на себя ответственность за результаты эффективного развития собственных физических качеств.

Спортивно-оздоровительная деятельность:

- 1) осваивать и показывать универсальные умения при выполнении организующих упражнений;
 - 2) осваивать технику выполнения спортивных упражнений;
- 3) осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений;
- 4) проявлять физические качества гибкости, координации и быстроты при выполнении специальных физических упражнений и упражнений основной гимнастики;

- 5) выявлять характерные ошибки при выполнении гимнастических упражнений и техники плавания;
 - 6) различать, выполнять и озвучивать строевые команды;
- 7) осваивать универсальные умения по взаимодействию в группах при разучивании и выполнении физических упражнений;
- 8) осваивать и демонстрировать технику различных стилей плавания (на выбор), выполнять плавание на скорость;
- 9) описывать и демонстрировать правила соревновательной деятельности по виду спорта (на выбор);
- 10) соблюдать правила техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом;
- 11) демонстрировать технику удержания гимнастических предметов (мяч, скакалка) при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах;
- 12) демонстрировать технику выполнения равновесий, поворотов, прыжков толчком с одной ноги (попеременно), на месте и с разбега;
- 13) осваивать технику выполнения акробатических упражнений (кувырок, колесо, шпагат/полушпагат, мост из различных положений по выбору, стойка на руках);
- 14) осваивать технику танцевальных шагов, выполняемых индивидуально, парами, в группах;
- 15) моделировать комплексы упражнений общей гимнастики по видам разминки (общая, партерная, у опоры);
- 16) осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр, игровых заданий, спортивных эстафет;
- 17) осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности;
 - 18) осваивать технические действия из спортивных игр.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1 КЛАСС

№ п/п	Раздел	Тема урока	Кол	Электронные (цифровые)	Компонент
			ичес	ресурсы	содержания
			ТВО		программы
			часо		воспитания
			В		
1.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	Использовать
	оздоровительная	культура. Правила поведения на уроках		sson/4320/main/191326/	воспитательные
	физическая культура.	физической культуры, подбора одежды			возможности
		для занятий в спортивном зале и на			содержания
		открытом воздухе.			учебного
2.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	предмета для
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4102/start/189523/	формирования у
	физическая культура.	акробатики. Строевые упражнения:			обучающихся
		построение и перестроение в одну и две			российских
		шеренги, стоя на месте;			традиционных
3.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	духовно-
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4320/main/191326/	нравственных и
	физическая культура.	акробатики. Строевые упражнения:			социокультурны
		построение и перестроение в одну и две			х ценностей,
		шеренги; повороты направо и налево;			российского
4.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	исторического
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4320/main/191326/	сознания на
	физическая культура.	акробатики. Строевые упражнения:			основе
		построение и перестроение в одну и две			исторического
		шеренги, стоя на месте; повороты направо			просвещения;
		и налево;			подбор
5.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	соответствующе
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4320/main/191326/	го содержания
	физическая культура.	акробатики. Строевые упражнения:			уроков, заданий,
		передвижение в колонне по одному с			вспомогательны

		равномерной скоростью.			х материалов,
6.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	проблемных
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4320/main/191326/	ситуаций для
	физическая культура.	акробатики. Строевые упражнения:			обсуждений.
		передвижение в колонне по одному с			
		равномерной скоростью.			Учитывать в
7.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1		определении
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.			воспитательных
	физическая культура.	Считалки для самостоятельной			задач уроков
		организации подвижных игр.			целевые
8.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	ориентиры
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Равномерная		sson/5739/main/169044/	результатов
	физическая культура.	ходьба и равномерный бег.			воспитания.
9.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	.
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Равномерная		sson/5739/main/169044/	Включать в
	физическая культура.	ходьба и равномерный бег.			содержание
10.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	урока учебного
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Равномерная		sson/5739/main/169044/	предмета
	физическая культура.	ходьба и равномерный бег.			тематику
11.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://www.gto.ru/recomen	мероприятий в
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		dations/56ead160b5cf1c2d0	соответствии с
	физическая культура.	длину с места толчком двумя ногами.		18b456a	календарным
12.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	планом
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/	воспитательной
	физическая культура.	длину с места толчком двумя ногами.			работы.
13.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	Выбирать
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/	методы,
	физическая культура.	высоту с места толчком двумя ногами			методы, методики,
14.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	методики, технологии,
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/	оказывающие
	физическая культура.	высоту с места толчком двумя ногами			воспитательное
15.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	воздействие на
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки		sson/5131/conspect/226552/	возденетые на

	физическая культура.	в высоту с прямого разбега.			личность в
16.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	соответствии с
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки		sson/5131/conspect/226552/	воспитательным
	физическая культура.	в высоту с прямого разбега.			идеалом, целью
17.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://www.gto.ru/norms	и задачами
	ориентированная	культура. Подготовка к выполнению			воспитания,
	физическая культура.	нормативных требований комплекса ГТО.			целевыми
18.	Знания о физической	Знания о физической культуре. Понятие	1		ориентирами
	культуре.	«физическая культура» как занятия			результатов
		физическими упражнениями и спортом по			воспитания.
		укреплению здоровья, физическому			
		развитию и физической подготовке			Реализовывать
19.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	приоритет
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/4144/main/189768/	воспитания в
	физическая культура.	Считалки для самостоятельной			учебной
		организации подвижных игр.			деятельности.
20.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	П
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/5729/main/189829/	Привлекать
	физическая культура.	Считалки для самостоятельной			внимание
		организации подвижных игр.			обучающихся к
21.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	ценностному
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/5098/start/69334/	аспекту
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и			изучаемых на
22		подвижных игр	4		уроках
22.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	предметов, явлений и
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/5098/start/69334/	событий,
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и			инициировать
22		подвижных игр	1		обсуждение,
23.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	высказывание
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/5098/start/69334/	своего мнения,
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и			выработку
24	Полито	подвижных игр	1	https://wesh.adv.mv/svk:t/l-	своего
24.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	I	https://resh.edu.ru/subject/le	120310

	ориентированная физическая культура.	культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр		sson/5098/start/69334/	личностного отношения к изучаемым
25.	Оздоровительная физическая культура.	Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5097/start/168957/	событиям, явлениям, лицам.
26.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4102/start/189523/	Применять интерактивные формы учебной
27.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4102/start/189523/	работы — интеллектуальн ые, стимулирующие
28.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: седы, положения лёжа.	1		познавательную мотивацию, игровые методики, дискуссии,
29.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: седы, положения лёжа.	1		дающие возможность приобрести опыт ведения конструктивного
30.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом;	1		диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и
31.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения	1		действовать в команде, способствует развитию

		ходьбой и бегом;			критического
32.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами	1		мышления.
	оздоровительная физическая культура.	культура. Гимнастика с основами акробатики. Гимнастические упражнения:			Побуждать
	физи теския культури.	упражнения с гимнастическим мячом.			обучающихся на
33.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	уроках
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4191/start/223621/	соблюдать
	физическая культура.	акробатики. Гимнастические упражнения:			нормы
		упражнения с гимнастической скакалкой			поведения,
34.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le	правила
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		sson/4191/start/223621/	общения со
	физическая культура.	акробатики. Гимнастические упражнения:			сверстниками и
		упражнения с гимнастической скакалкой			педагогами,
35.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1		соответствующи
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами			е укладу школы,
	физическая культура.	акробатики. Гимнастические упражнения:			установление и
		стилизованные гимнастические прыжки.			поддержку
36.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1		доброжелательн
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами			ой атмосферы.
	физическая культура.	акробатики. Гимнастические упражнения:			ПС
		стилизованные гимнастические прыжки.			Побуждать к
37.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://www.gto.ru/recomen	организации
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		dations/56eacedcb5cf1c1c0	шефства
	физическая культура.	акробатики. Акробатические упражнения:		18b4572	мотивированных и
		подъём туловища из положения лёжа на			и эрудированных
20		спине и животе	1	1	эрудированных обучающихся
38.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://www.gto.ru/recomen	над
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами		dations/56eacedcb5cf1c1c0	неуспевающими
	физическая культура.	акробатики. Акробатические упражнения:		18b4572	одноклассникам
		подъём туловища из положения лёжа на			и, в том числе с
39.	Сноржирио	спине и животе	1		особыми
39.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1		образовательны
	оздоровительная	культура. Гимнастика с основами			r

	физическая культура.	акробатики. Акробатические упражнения: подъём ног из положения лёжа на животе			ми потребностями,
40.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами:	1		дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной
41.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1		помощи. Иницииро вать и поддерживать
42.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1		исследовательск ую деятельность обучающихся, планирование и выполнение
43.	Оздоровительная физическая культура.	Оздоровительная физическая культура. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5566/start/168978/	индивидуальных и групповых проектов
44.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5752/start/189786/	воспитательной направленности.
45.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5752/start/189786/	
46.	Прикладно- ориентированная физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4185/main/168948/	

47.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4185/main/168948/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр.		
48.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4185/main/168948/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр.		
49.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4185/main/168948/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
50		подвижных игр.	1	
50.	Знания о физической	Знания о физической культуре. Связь	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	культуре.	физических упражнений с движениями		sson/6172/main/192782/
		животных и трудовыми действиями		
51.	Спортивно-	древних людей Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
31.	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка. Переноска	1	sson/5740/start/223641/
	физическая культура.	лыж к месту занятия. Основная стойка		55011/3/40/5tatt/223041/
	физическия культура.	лыжника.		
52.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5740/start/223641/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах ступающим		
		шагом (без палок).		
53.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5742/start/223801/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах ступающим		
		шагом (без палок).		
54.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5742/start/223801/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах ступающим		
		шагом (без палок).		
55.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le

	оздоровительная физическая культура.	культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	подготовка. ступающим		sson/5742/start/223801/	
56.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. ступающим	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5742/start/223801/	
57.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. ступающим	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5742/start/223801/	
58.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. скользящим	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/	
59.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. скользящим	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3488/start/223955/	
60.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. скользящим	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3488/start/223955/	
61.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. скользящим	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/	
62.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная культура. Лыжная Передвижение на лыжах шагом (без палок).	физическая подготовка. скользящим	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5744/conspect/189502/	
63.	Оздоровительная физическая культура.	Оздоровительная физическа Физические упражнени		1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/168915/	

		физкультминуток и утренней зарядки.		
64.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5744/conspect/189502/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах скользящим		
		шагом (без палок).		
65.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5744/conspect/189502/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).		
66.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5744/conspect/189502/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).		
67.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лыжная подготовка.		sson/5744/conspect/189502/
	физическая культура.	Передвижение на лыжах скользящим		-
		шагом (без палок).		
68.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/5729/start/189826/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и подвижных игр		
69.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/5729/start/189826/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр		
70.	Способы	Способы самостоятельной деятельности.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	самостоятельной	Режим дня и правила его составления.		sson/5736/start/168916/
	деятельности.			
71.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		
	физическая культура.	Считалки для самостоятельной		
70		организации подвижных игр.	1	
72.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	

	оздоровительная физическая культура.	культура. Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.		
73.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5752/main/189789/
74.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5752/main/189789/
75.	Прикладно- ориентированная физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	https://www.gto.ru/norms
76.	Прикладно- ориентированная физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5729/start/189826/
77.	Прикладно- ориентированная физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5729/start/189826/
78.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила соблюдения.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5736/start/168916/
79.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/main/169044/
80.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/main/169044/
81.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5739/main/169044/
82.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le

	оздоровительная физическая культура.	культура. Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег.		sson/5739/main/169044/
83.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в	_	sson/4078/start/169103/
	физическая культура.	длину с места толчком двумя ногами.		
84.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/
	физическая культура.	длину с места толчком двумя ногами.		
85.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/
	физическая культура.	длину с места толчком двумя ногами.		
86.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/
	физическая культура.	высоту с места толчком двумя ногами		
87.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/
	физическая культура.	высоту с места толчком двумя ногами		
88.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки в		sson/4078/start/169103/
	физическая культура.	высоту с места толчком двумя ногами		
89.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки		sson/5131/conspect/226552/
	физическая культура.	в высоту с прямого разбега.		
90.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Лёгкая атлетика. Прыжки		sson/5131/conspect/226552/
	физическая культура.	в высоту с прямого разбега.		
91.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/4237/main/223665/
	физическая культура.	Считалки для самостоятельной		
		организации подвижных игр.		
92.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/4237/main/223665/
	физическая культура.	Считалки для самостоятельной		

		организации подвижных игр.		
93.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4189/start/189310/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр.		
94.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4185/main/168948/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр.		
95.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/5752/main/189789/
	физическая культура.			
96.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/5752/main/189789/
	физическая культура.			
97.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	культура. Подвижные и спортивные игры.		sson/5752/main/189789/
	физическая культура.			
98.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4185/main/168948/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр		
99.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированная	культура. Развитие основных физических		sson/4185/main/168948/
	физическая культура.	качеств средствами спортивных и		
		подвижных игр		

2 КЛАСС

№ п/п	Раздел	Тема урока	Кол	Электронные (цифровые)	Компонент
			ичес	ресурсы	содержания
			ТВО		программы
			часо		воспитания

			В		
1.	Знания о физической культуре.	Знания о физической культуре. Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5751/main/223906/	Использовать воспитательные возможности
2.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4320/start/191322/	содержания учебного предмета для формирования у обучающихся
3.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4320/main/191326/	российских традиционных духовно- нравственных и
4.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4316/main/190763/	социокультурны х ценностей, российского исторического
5.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4286/main/190821/	сознания на основе исторического просвещения;
6.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/conspect/226526/	подбор соответствующе го содержания уроков, заданий,
7.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места	1	https://www.gto.ru/recomen dations/56ead160b5cf1c2d0 18b456a	вспомогательны х материалов, проблемных ситуаций для
8.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-координированные прыжки в движении в разных направлениях	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/	обсуждений. Учитывать в определении

9.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-координированные прыжки с разной амплитудой и траекторией полёта.	1		воспитательных задач уроков целевые ориентиры
10.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Прыжок в высоту с прямого разбега.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/conspect/226552/	результатов воспитания.
11.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения.	1		содержание урока учебного предмета тематику
12.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов;	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/	мероприятий в соответствии с календарным планом
13.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Физическое развитие и его измерение.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4162/main/190632/	воспитательной работы.
14.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные игры.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/conspect/190547/	Выбирать методы, методики, технологии,
15.	Прикладно- ориентированная физическая культура	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/conspect/190932/	оказывающие воспитательное воздействие на личность в
16.	Прикладно- ориентированная физическая культура	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/conspect/190731/	соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами
17.	Прикладно- ориентированная	Прикладно-ориентированная физическая культура.Подготовка к выполнению нормативных	1	https://www.gto.ru/norms	воспитания, целевыми

	физическая культура	требований комплекса ГТО.			ориентирами результатов
18.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Способы самостоятельной деятельности. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/conspect/168936/	воспитания. Реализовывать приоритет
19.	Оздоровительная физическая культура.	Оздоровительная физическая культура. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5736/main/168926/	воспитания в учебной деятельности.
20.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4320/start/191322/	Привлекать внимание обучающихся к
21.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4320/main/191326/	ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов,
22.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4320/main/191326/	явлений и событий, инициировать обсуждение,
23.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4191/start/223621/	высказывание своего мнения, выработку своего
24.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4008/main/191555/	личностного отношения к изучаемым событиям,
25.	Спортивно- оздоровительная физическая	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и	1		явлениям, лицам.

	культура.	наклоны с мячом в руках.			Применять
26.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		интерактивные
	оздоровительная	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения с			формы учебной
	физическая	гимнастическим мячом.			работы —
	культура.				интеллектуальн
27.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		ые,
	оздоровительная	Гимнастика с основами акробатики. Танцевальный			стимулирующие
	физическая	хороводный шаг			познавательную
	культура.	-			мотивацию,
28.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		игровые
	оздоровительная	Гимнастика с основами акробатики. Танцевальный			методики,
	физическая	хороводный шаг, танец галоп.			дискуссии,
	культура.	-			дающие
29.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	возможность
	оздоровительная	Подвижные игры с техническими приёмами		sson/5130/start/224117/	приобрести опыт
	физическая	спортивных игр(баскетбол)			ведения
	культура.				конструктивного
30.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	диалога;
	оздоровительная	Подвижные игры с техническими приёмами		sson/6169/start/191936/	групповой
	физическая	спортивных игр (баскетбол)			работы, которая
	культура.				учит строить
31.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	отношения и
	ориентированная	Развитие основных физических качеств средствами		sson/6477/conspect/190932/	действовать в
	физическая	спортивных и подвижных игр.		_	команде,
	культура.				способствует
32.	Оздоровительная	Оздоровительная физическая культура. Закаливание	1	https://resh.edu.ru/subject/le	развитию
	физическая	организма обтиранием.		sson/6010/conspect/190574/	критического
	культура.			_	мышления.
33.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительная	Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях		sson/6167/start/190985/	Побуждать
	физическая	лыжной подготовкой.			обучающихся на
	культура.				уроках
34.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	соблюдать

	оздоровительная физическая культура.	Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом;		sson/4319/start/191096/	нормы поведения, правила
35.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4319/start/191096/	общения со сверстниками и педагогами, соответствующи
36.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; торможение лыжными палками на учебной трассе	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6159/start/191207/	е укладу школы, установление и поддержку доброжелательн
37.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; торможение лыжными палками на учебной трассе	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6159/start/191207/	ой атмосферы. Побуждать к организации
38.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: спуск с небольшого склона в основной стойке;	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/conspect/224910/	шефства мотивированных и эрудированных
39.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: спуск с небольшого склона в основной стойке;	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/conspect/224910/	обучающихся над неуспевающими одноклассникам
40.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона в основной стойке;	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/conspect/224910/	и, в том числе с особыми образовательны ми
41.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: торможение падением на бок во время спуска.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6159/start/191207/	потребностями, дающего обучающимся социально
42.	Спортивно- оздоровительная	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах:	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6159/start/191207/	значимый опыт сотрудничества

	физическая культура.	торможение падением на бок во время спуска.			и взаимной помощи.
43.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6158/start/226158/	Инициировать и поддерживать исследовательск
44.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4319/start/191096/	ую деятельность обучающихся, планирование и выполнение
45.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Физические качества человека и способы их измерения.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/190627/	индивидуальных и групповых проектов
46.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4319/start/191096/	воспитательной направленности.
47.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3700/start/191296/	
48.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол)	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4288/start/192054	
49.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол)	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3709/start/192081/	
50.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол)	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6162/start/192170/	

51.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
51.	ориентированная	Развитие основных физических качеств средствами	•	sson/6132/conspect/190731/
	физическая	спортивных и подвижных игр		sson orsziconspecu 1907317
	культура.	опортивных и подвижных игр		
52.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://www.gto.ru/norms
32.	ориентированная	Подготовка к выполнению нормативных требований	1	https://www.gto.ru/norms
	физическая	комплекса ГТО.		
	культура.	ROMINEREA I 10.		
53.	Знания о	Знания о физической культуре. Зарождение	1	https://resh.edu.ru/subject/le
33.	физической	Олимпийских игр древности.	1	sson/5129/main/190526/
	культуре.	олимпинских игр древности.		SSOII/ 3129/ IIIdiii/ 190320/
54.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
57.	оздоровительная	Лёгкая атлетика Броски малого мяча в неподвижную	1	sson/4316/start/190759/
	физическая	мишень.		350H/ 4 510/ start/ 170757/
	культура.	Milliend.		
55.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
33.	оздоровительная	Лёгкая атлетика Броски малого мяча в неподвижную	1	sson/4286/start/190818/
	физическая	мишень разными способами из положения стоя, сидя		33011/4200/3411/170010/
	культура.	и лёжа.		
56.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
50.	оздоровительная	Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-	•	sson/6174/conspect/226526/
	физическая	координированные прыжки толчком одной ногой и		SSSM STY
	культура.	двумя ногами с места		
57.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
/	оздоровительная	Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-		sson/6174/conspect/226526/
	физическая	координированные прыжки в движении в разных		
	культура.	направлениях		
58.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	Лёгкая атлетика Разнообразные сложно-		sson/6174/conspect/226526/
	физическая	координированные прыжки с разной амплитудой и		1
	культура.	траекторией полёта.		
59.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительная	Лёгкая атлетика Прыжок в высоту с прямого разбега.		sson/5131/conspect/226552/

	физическая			
	культура.			
60.	Спортивно- оздоровительная физическая	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения.	1	
61.	культура. Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/
62.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений обеганием предметов;	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/
63.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений с преодолением небольших препятствий.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/
64.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Составление дневника наблюдений по физической культуре	1	
65.	Прикладно- ориентированная физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190874/
66.	Прикладно- ориентированная физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190874/
67.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол)	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3502/main/191721/

68.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/le	l
	оздоровительная	Подвижные игры с техническими приёмами sson/3592/main/224011/	l
	физическая	спортивных игр (футбол).	l
	культура.		ł

3 КЛАСС

№ п/п	Раздел	Тема урока	Кол	Электронные (цифровые)	Компонент
			ичес	ресурсы	содержания
			TBO		программы
			часо		воспитания
			В		
1.	Знания о	Знания о физической культуре. Из истории развития	1	https://resh.edu.ru/subject/le	Использовать
	физической	физической культуры у древних народов, населявших		sson/6172/start/192778/	воспитательные
	культуре.	территорию России.			возможности
2.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	содержания
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом		sson/7460/conspect/262700/	учебного
	ая физическая	согнув ноги.			предмета для
	культура.				формирования у
3.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	обучающихся
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом		sson/7460/conspect/262700/	российских
	ая физическая	согнув ноги.			традиционных
	культура.				духовно-
4.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	нравственных и
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Броски набивного мяча из-за головы в		sson/6175/start/226376/	социокультурны
	ая физическая	положении сидя и стоя на месте			х ценностей,
	культура.				российского
5.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	исторического
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Броски набивного мяча из-за головы в		sson/6175/start/226376/	сознания на
	ая физическая	положении сидя и стоя на месте			основе
	культура.				исторического
6.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	просвещения;
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и		sson/4458/start/226581/	подбор

7.	ая физическая культура. Спортивно- оздоровительн ая физическая	координационной направленности: челночный бег; Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4458/start/226581/	соответствующе го содержания уроков, заданий, вспомогательны х материалов, проблемных ситуаций для обсуждений. Учитывать в определении воспитательных задач уроков целевые
8.	культура. Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности бег с преодолением препятствий;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4457/start/278858/	
9.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности бег с преодолением препятствий;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4457/start/278858/	
10.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности с максимальной скоростью на дистанции 30 м.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4188/start/169062/	ориентиры результатов воспитания.
11.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности с максимальной скоростью на дистанции 30 м.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4188/start/169062/	Включать в содержание урока учебного предмета
12.	Прикладно- ориентированн ая физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	https://www.gto.ru/norms	тематику мероприятий в соответствии с календарным
13.	Способы самостоятельн ой деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение	1		планом воспитательной работы. Выбирать
14.	Спортивно- оздоровительн	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры Баскетбол:	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4465/main/224290/	методы, методики,

	ая физическая культура.	ведение баскетбольного мяча;			технологии, оказывающие
15.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры Баскетбол: ведение, ловля и передача баскетбольного мяча;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4464/main/193700/	воспитательное воздействие на личность в соответствии с
16.	Прикладно- ориентированн ая физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/conspect/190874/	воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания,
17.	Способы самостоятельн ой деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь).	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6186/start/194607/	целевыми ориентирами результатов воспитания.
18.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	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.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/4320/start/191322/	Реализовывать приоритет воспитания в учебной
19.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения в лазании по канату в три приёма.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/484/	деятельности. Привлекать внимание
20.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук,	1		обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов,
21.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с	1		явлений и событий, инициировать обсуждение,

		приставным шагом правым и левым боком.			высказывание
22.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		своего мнения,
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Передвижения по			выработку
	ая физическая	наклонной гимнастической скамейке: равномерной			своего
	культура.	ходьбой с поворотом в разные стороны и движением			личностного
		руками;			отношения к
23.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		изучаемым
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Передвижения по			событиям,
	ая физическая	наклонной гимнастической скамейке: равномерной			явлениям,
	культура.	ходьбой с поворотом приставным шагом правым и			лицам.
		левым боком.			
24.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	Применять
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения в		sson/4033/main/191581/	интерактивные
	ая физическая	передвижении по гимнастической стенке: ходьба			формы учебной
	культура.	приставным шагом правым и левым боком по нижней			работы —
		жерди;			интеллектуальн
25.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	ые,
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения в		sson/4033/main/191581/	стимулирующие
	ая физическая	передвижении по гимнастической стенке: ходьба			познавательную
	культура.	приставным шагом правым и левым боком по нижней			мотивацию,
		жерди; лазанье разноимённым способом.			игровые
26.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	методики,
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Прыжки через		sson/4008/main/191555/	дискуссии,
	ая физическая	скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух			дающие
	культура.	ногах и поочерёдно на правой и левой ноге;			возможность
27.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	приобрести опыт
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Прыжки через		sson/4008/main/191555/	ведения
	ая физическая	скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух			конструктивного
	культура.	ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки			диалога;
		через скакалку назад с равномерной скоростью.			групповой
28.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	работы, которая
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Ритмическая		sson/4462/main/279096/	учит строить
	ая физическая	гимнастика: стилизованные наклоны и повороты			отношения и

	культура.	туловища с изменением положения рук;			действовать в
29.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		команде,
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Ритмическая			способствует
	ая физическая	гимнастика: стилизованные шаги на месте в сочетании			развитию
	культура.	с движением рук, ног и туловища.			критического
30.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1		мышления.
	оздоровительн	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения в			
	ая физическая	танцах галоп и полька.			Побуждать
	культура.				обучающихся на
31.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	уроках
	ориентированн	Развитие основных физических качеств средствами		sson/4462/main/279096/	соблюдать
	ая физическая	базовых видов спорта.			нормы
	культура.				поведения,
32.	Знания о	Знания о физической культуре. История появления	1	https://resh.edu.ru/subject/le	правила
	физической	современного спорта.		sson/5751/main/223906/	общения со
	культуре.				сверстниками и
33.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	педагогами,
	оздоровительн	Лыжная подготовка. Передвижение одновременным		sson/3561/start/193590/	соответствующи
	ая физическая	двухшажным ходом.			е укладу школы,
	культура.				установление и
34.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	поддержку
	оздоровительн	Лыжная подготовка. Передвижение одновременным		sson/3561/start/193590/	доброжелательн ой атмосферы.
	ая физическая	двухшажным ходом.			ои атмосферы.
2.5	культура.		4		Побуждать к
35.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	организации
	оздоровительн	Лыжная подготовка. Торможение плугом.		sson/5099/conspect/223779/	шефства
	ая физическая				мотивированных
26	культура.		1	1 // 1 1 / 1: ./1	И
36.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	эрудированных
	оздоровительн	Лыжная подготовка. Торможение плугом.		sson/5099/conspect/223779/	обучающихся
	ая физическая				над
37.	культура.	Спортурно орнородителника физическая мужительно	1	https://wash.adu.my/subject/le	неуспевающими
57.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	J

38.	оздоровительн ая физическая культура. Спортивно- оздоровительн ая физическая	Лыжная подготовка. Передвижение одновременным двухшажным ходом. Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Передвижение одновременным двухшажным ходом.	1	sson/3561/start/193590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/	одноклассникам и, в том числе с особыми образовательны ми потребностями,
	культура.				дающего
39.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Передвижение одновременным двухшажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3561/start/193590/	обучающимся социально значимый опыт сотрудничества
40.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3561/start/193590/	и взаимной помощи. Инициировать и
41.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/	поддерживать исследовательск ую деятельность обучающихся,
42.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3561/start/193590/	планирование и выполнение индивидуальных и групповых
43.	Знания о физической культуре.	Знания о физической культуре. История появления современного спорта.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5751/main/223906/	проектов воспитательной направленности.
44.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/3700/main/191300/	
45.	Прикладно- ориентированн ая физическая	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/conspect/190731/	

	культура.			
46.	Способы самостоятельн ой деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры.	1	
47.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура.Плавательная подготовка. Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине; брас.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/5135/main/194463/
48.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Плавательная подготовка Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками; погружение в воду и всплывание; скольжение на воде.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6432/main/194553/
49.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Плавательная подготовка Упражнения в плавании кролем на груди.	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6432/main/194553/
50.	Способы самостоятельн ой деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.	1	
51.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры Волейбол: прямая нижняя подача;	1	https://resh.edu.ru/subject/le sson/6076/main/194182/
52.	Спортивно- оздоровительн ая физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры Волейбол: приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении.		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/main/194156/
53.	Прикладно- ориентированн	Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к выполнению нормативных требований	1	https://www.gto.ru/norms

	ая физическая	комплекса ГТО.			
	культура.				
54.	Оздоровительн ая физическая культура.	Оздоровительная физическая культура. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/conspect/261315/	
	культура.	физической нагрузки.			
55.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом	_	sson/7460/conspect/262700/	
	ая физическая	согнув ноги.		1	
	культура.				
56.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом		sson/7460/conspect/262700/	
	ая физическая	согнув ноги.			
	культура.				
57.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Броски набивного мяча из-за головы в		sson/6175/start/226376/	
	ая физическая	положении сидя и стоя на месте			
58.	культура. Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
56.	оздоровительн	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Броски набивного мяча из-за головы в	1	sson/6175/start/226376/	
	ая физическая	положении сидя и стоя на месте		33011/01/3/3tart/2203/0/	
	культура.	положении онди и отом на месте			
59.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и		sson/4458/start/226581/	
	ая физическая	координационной направленности: челночный бег;			
	культура.				
60.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и		sson/4457/start/278858/	
	ая физическая	координационной направленности бег с преодолением			
	культура.	препятствий;			
61.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le	
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и		sson/4457/start/278858/	
	ая физическая	координационной направленности бег с преодолением			

	культура.	препятствий;		
62.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительн	Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и		sson/4188/start/169062/
	ая физическая	координационной направленности с максимальной		
	культура.	скоростью на дистанции 30 м.		
63.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированн	Развитие основных физических качеств средствами		sson/6131/conspect/190874/
	ая физическая	базовых видов спорта.		
	культура.			
64.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированн	Развитие основных физических качеств средствами		sson/6168/main/191638/
	ая физическая	базовых видов спорта.		
	культура.			
65.	Оздоровительн	Оздоровительная физическая культура. Закаливание	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ая физическая	организма при помощи обливания под душем.		sson/4427/start/192861/
	культура.			
66.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительн	культура.Подвижные и спортивные игры Футбол:		sson/5136/main/194380/
	ая физическая	ведение футбольного мяча;		
	культура.		1	
67.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	оздоровительн	Подвижные и спортивные игры Футбол: удар по		sson/3583/main/194234/
	ая физическая	неподвижному футбольному мячу.		
CO	культура.	П 1	1	1,, // 1 1 / 1: //
68.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/le
	ориентированн	Развитие основных физических качеств средствами		sson/6131/conspect/190874/
	ая физическая	базовых видов спорта.		
	культура.			

4 КЛАСС

№ п/п	Раздел	Тема урока	Кол	Электронные (цифровые)	Компонент

			ичес тво часо	ресурсы	содержания программы воспитания
			В		
1.	Знания	Знания о физической культуре. Из истории развития	1	https://resh.edu.ru/subject/les	Использовать
	о физической	физической культуры в России.		son/3593/main/194579/	воспитательные
	культуре.				возможности
2.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	содержания
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Предупреждение травматизма во		son/4601/main/195022/	учебного
	физическая	время выполнения легкоатлетических упражнений.			предмета для
	культура.				формирования у
3.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	обучающихся
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Прыжок в высоту с разбега		son/6192/main/195100/	российских
	физическая	перешагиванием.			традиционных
	культура.				духовно-
4.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	нравственных и
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Прыжок в высоту с разбега		son/5165/main/89181/	социокультурн
	физическая	перешагиванием.			ых ценностей,
	культура.				российского
5.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	исторического
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по		son/3617/main/224463/	сознания на
	физическая	легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое			основе
	культура.	ускорение, финиширование.			исторического
6.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	просвещения;
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по		son/4626/main/195211/	подбор
	физическая	легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое			соответствующ
	культура.	ускорение, финиширование.			его содержания
7.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	уроков,
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по		son/4626/main/195211/	заданий,
	физическая	легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое			вспомогательны
	культура.	ускорение, финиширование.			х материалов,
8.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	проблемных
	оздоровительная	Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по		son/4626/main/195211/	ситуаций для

9. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 10. Спортивно- оздоровительная месте. 11. Прикладпо- ориентированная я физическая культура. 11. Прикладпо- ориентированная я физическая культура. 12. Способы самостоятельной деятельности. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 17. Прикладпо- ориентированная я физическая культура. 18. Спортивно- оздоровительнай физическая культура. 19. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 19. Культура. 19. Культура. 10. Прикладпо- ориентированная физическая культура. 19. Культура. 19. Культура. 19. Культура. 20. Культура. 21. Мира (Марка Васка Васк		физическая	легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое			обсуждений.
оздоровительная физическая культура. 10. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Дёткая атлетика. Метапие малого мяча на дальность стоя на месте. 11. Прикладно- ориентированная учинеская культура. Подготовка выполнению нормативных требований деятельности. На даботу организма. 12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая культура. Опортивно- оздоровительная физическая культура. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Опортивно- оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Опортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Прикладно- от спортивные игры. Баскетбол: бросок мяча на дальность стоя на месте. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. 18. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. 19. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая выполнение освоенных технических действий в культура. Оденнированная физическая культура. Опривно- оздоровительная физическая выполнение освоенных технических действий в культура. Опривно- оздоровительная физическая культура. Опривно- оздоровительная физическая выполнение освоенных технических действий в культура. Опривно- оздоровительная физическая культура. Опривно- оздоровительная физическая выполнение освоенных технических действий в культура. Опривно- оздоровительная физическая культура. Опривно- оздоровительная физич		культура.	ускорение, финиширование.			**
физическая культура. 11. Прикладно- ориентированная я физическая культура. 12. Способы самостоятельной деятельности. В работу организма. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Отортивно- оздоровительная физическая культура. Отортивно	9.	1		I	1	
10. Спортивно-оздоровительная физическая культура. 1		_			son/5166/main/195048/	-
10. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Пёква атлетика. Метание малого мяча на дальность культура. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Пособы самостоятельной деятельности. Физическая культура. Подвижные и спортивные итры. Предупреждение физическая культура. Подвижные и спортивные итры. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; культура. Подвижные и спортивные итры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные итры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные итры. Баскетбол: оздоровительная физическая вполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Прикладно- ориентированна я физическая в условиях игровой деятельности. Прикладно- ориентированна я физическая в физическая в условиях игровой деятельности. Прикладно- ориентированна я физическая в физическая поднение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Прикладно-ориентированная я физическая в физическая поднение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. 17. Прикладно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок музическая в полнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. 18. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Прикладно-ориентированная я физическая культура. Огрототовки на развитие оспорных физическая культура. Огрототовки на развитие оспорных физическая в оспорных физическая культура. Огрототовкой подгототовки на развитие оспорнательное воздействии с остретствии с остретствие остретствия с остретствие остретствии с остретствие остретствия			стоя на месте.			
оздоровительная физическая культура. 11. Прикладноориентированная я физическая культура. 12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая культура. 13. Спортивнооздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Предупреждение укультура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бультура. 14. Спортивнооздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бультура. 15. Спортивнооздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: физическая культура. 15. Спортивнооздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; 16. Прикладноориентированная я физическая культура. Грикладноориентированная я физическая культура. Грикладноориентированная физической подготовки выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. 16. Прикладноориентированная я физической подготовки на развитие в основных физическия и спортивные игры. Баскетбол: бросок мачадвумя руками от груди с места; 16. Прикладноориентированная я физическая культура. Ориентированная я физической подготовки на развитие в сотовенных технических действий в условиях игровой деятельности. 16. Прикладноориентированная я физической подготовки на развитие в сотовеньки физических мачеств.	10	* **		1		~ -
физическая культура. 11. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Подготовка к выполнению нормативных требований я физическая культура. 12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельной подготовка. Влияние занятий физической подготовкой деятельности. На работу организма. 13. Спортивно- оздоровительная подвижные и спортивные игры. Предупреждение физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физической подготовки. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна мультера. Прикладно- ориентированна м стояния и подвижными и правиными и правиними и правин	10.	1		1		· ·
11. Прикладно- ориентированна я физическая культура. 12. Способы самостоятельной подготовка к выполнению нормативных требований деятельности. Оригино- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6186/main/194610/		_	• •		son/3603/additional/224421/	
11. Прикладно- ориентированна я физическая к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. 12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6186/main/194610/ деятельности. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6186/main/194610/ деятельности. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/5132/main/278913/ 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/5132/main/278913/ 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6223/main/195948/ 16. Прикладно- ориентированна условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- ориентированна у физической подготовки на развитие в соответствии с нехническия культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 16. Прикладно- ориентированна у физической подготовки на развитие в физическых качеств. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 17. Кпортивно- ориентированна условиях игровой деятельности. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортивно- оздоровительная физической подготовки на развитие 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортивно- оздоровительная физической подготовки на развитие 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортивно- оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6224/main/196053/ 18. Кпортив		*	стоя на месте.			* *
ориентированна я физическая культура. 12. Способы самостоятельной деятельности. Оргивно-оздоровительная физическая изланом воспитательной оздоровительная физическая культура. 13. Спортивно-оздоровительная физическая подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Культура. 14. Спортивно-оздоровительная физической подготовки. 15. Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; культура. 15. Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; культура. 16. Прикладно-ориентированна культура. Прикладно-ориентированная я физическая культура. Ориентированная на прикладно-ориентированная я физической подготовки на развитие сответствии с календарным планом воспитательной работы. 16. Прикладно-ориентированная я физической подготовки на развитие основных физической подготовки на развитие сответствии с календарным планом воспитательной работы. 16. Прикладно-ориентированная я физической подготовки на развитие сответствии с календарным планом воспитательной работы. 16. Прикладно-ориентированная я физической подготовки на развитие сответствии с с сответствии с с сответствии с сответствии с с сответствии с с сответствии с с сответствии с сответствии с с сответствии с с сответствии с с сответствии с сответствии с с сответствии с с сответствии с с сответствие с сответствие с сответствие с сответствие с сответствие с сответствие	1.1		T 1	1	1	воспитания.
я физическая культура. 12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельная дизическая самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельная дизическая самостоятельная дизическая самостоятельное деятельности. Физическая самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельное деятельности. Физическая самостальное деятельности. Физическая самостальное деятельности. Физичес	11.	*		1	nttps://www.gto.ru/norms	Dиноноти в
12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельной подготовка. Влияние занятий физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/6186/main/194610/ веротатизма. 13. Спортивно- Оздоровительная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/5132/main/278913/ планом воспитательной работы. 14. Спортивно- Оздоровительная физической подготовки. 14. Спортивно- Спортивно- Оздоровительная физической подготовки. 15. Спортивно- Оздоровительная физическая культура. 16. Спортивно- Оздоровительная физическая культура. 16. Прикладно- Ориентированна культура культура. 16. Прикладно- Ориентированна культура культура культура. 16. Прикладно- Ориентированна культура культура культура культура культура. 16. Прикладно- Ориентированна культура культур			1			
12. Способы самостоятельной деятельности. Физическая самостоятельной деятельности. В работу организма. 1		_	комплекса 1 10.			-
самостоятельной деятельности. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 18. Спортивно- оздоровительная физической подготовки. 19. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 10. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 10. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 11. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 12. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок магенарным планом воспитательной работы. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: вом/6223/main/195948/ Выбирать методык, методики, технологии, оказывающие вольнательное воздействие на личность в соответствии с отортетьное воздействие на личность в соответствии с отортетьная физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна у физическая физической подготовки на развитие основных физической подготовки на развитие основныем подкажением подкажением подкажением подкажением подкажением подка	12	· · · · · ·	Caracter and an arrangement of the control of the c	1	haten as //no also adva era /avals i a at/ll a a	
13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Предупреждение физическая культура. Подвижные игры общефизической подготовки. 14. Спортивно- оздоровительная физическая физическая физическая физическая физическая физическая мультура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок календарным планом воспитательной работы. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. Подвижные игры. Баскетбол: оздоровать игры. Подвижные игры. Подвижные игры.	12.		···	1	1	-
13. Спортивно- оздоровительная бизическая культура. Подвижные и спортивные игры. Предупреждение физическая культура. Подвижные игры общефизической подготовки. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; мультура. 16. Прикладно- ориентированная физическая культура. Прикладно- ориентированная физической подготовки на развитие я физическая культура. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: воп/6224/main/195948/ Выбирать методык, методык, методык, методык, методики, технологии, оказывающие воспитательное воздействие на личность в соответствии с календарным планом воспитательной работы. 18. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: воп/6224/main/196053/ Трикладно- ориентированна у физической подготовки на развитие основных физических качеств.			<u> </u>		SON/0180/main/194010/	•
оздоровительная физическая культура. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная культура. 16. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 18. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 19. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 19. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 19. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 10. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 10. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 11. Опривно- оздоровительная физическая культура. 12. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 13. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 14. Опривно- оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- ориентированна я физической подготовки на развитие основных физическая культура. 16. Прикладно- ориентированная физической подготовки на развитие основных физических качеств.	12			1	https://wesh.edv.my/sybicat/les	* *
физическая культура. Подвижные игры общефизической подготовки. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: оздоровительная физических действий в культура. Условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- ориентированная я физическая культура. Прикладно-ориентированная я физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.	13.	*	1 1 1 1	1		
культура. Подвижные игры общефизической подготовки. 14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна я физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна я физическая культура. 17. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: Баскетбол: Баскетбол: Выполнение освоенных технических действий в ориентированна я физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна я физическая культура. 17. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Отортивно- оздоровительная физическая культура. Выбирать методы, методык, оказывающие воспитательное воздействий в условиях игровой деятельности. Отортивно- оздоровительная физическая культура. Отортивно- оздоровитель		_	1 1 1 1 1		S0II/3132/IIIaIII/2/8913/	-
14. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: бросок культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- ориентированна я физическая культура. Прикладно- ориентированна я физической подготовки на развитие я физическая основных физических качеств. 16. Прикладно- ориентированна я физической подготовки на развитие основных физических качеств. 17. Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: вол/6224/main/196053/ технологии, оказывающие воспитательное воздействие на личность в соответствии с		<u> </u>	•			
оздоровительная физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- ориентированна условиях игровой деятельности. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. 18. Прикладно- ориентированна условиях игровой деятельности. 19. Прикладно- ориентированна условиях игровой деятельности. 10. Прикладно- ориентированна упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.	1.4	, , ,		1	https://rash.adu.ru/subject/las	
физическая культура. 15. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: физическая выполнение освоенных технических действий в культура. 16. Прикладно- ориентированна упражнения физической подготовки на развитие я физическая упражнения физических качеств. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Баскетбол: son/6224/main/196053/ технологии, оказывающие воспитательное воздействие на личность в соответствии с	14.	1	1	1		I
культура. 15. Спортивно- Опортивно- Опортивные и спортивные игры. Баскетбол: физическая выполнение освоенных технических действий в культура. 16. Прикладно- Оприкладно- Оприкладно- Ориентированная физическая культура. 16. Прикладно- Ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. 16. Прикладно- Ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. Ориентированная основных физических качеств.		_			3011/0223/111am/173740/	Выбирать
15. Спортивно- оздоровительная подвижные и спортивные игры. Баскетбол: физическая выполнение освоенных технических действий в культура. 16. Прикладно- ориентированна упражнения физической подготовки на развитие я физическая основных физических качеств. 17. Спортивно- оздоровительная физическая культура. Выполнение освоенных технических действий в культура. Оказывающие воспитательное воздействие на личность в соответствии с		1	мя и двумя руками от груди с места,			-
оздоровительная физическая физическая культура. 16. Прикладно- ориентированна ориентированна упражнения физической подготовки на развитие я физическая основных физических качеств. 17. Спортивне обформательная физическай культура. Васкетбол: son/6224/main/196053/ оказывающие воспитательное воздействие на личность в соответствии с	15	* **	Спортивно-озлоровительная физическая культура	1	https://resh.edu.ru/subject/les	-
физическая выполнение освоенных технических действий в культура. 16. Прикладно- ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. Ориентированная физическая культура. Оказывающие воспитательное воздействие на ориентированна упражнения физической подготовки на развитие я физическая основных физических качеств.	15.	_		•	_	технологии,
культура. условиях игровой деятельности. 16. Прикладно- прикладно-ориентированная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les son/4626/main/195211/ s физическая основных физических качеств. Воспитательное воздействие на развитие son/4626/main/195211/ соответствии с		_	1 1		50H 022 I/ IIIaiii, 15 0025/	оказывающие
16. Прикладно- Прикладно-ориентированная физическая культура. 1 https://resh.edu.ru/subject/les ориентированна упражнения физической подготовки на развитие я физическая основных физических качеств.		1				воспитательное
ориентированна Упражнения физической подготовки на развитие son/4626/main/195211/ пичность в соответствии с	16.	* **		1	https://resh.edu.ru/subject/les	воздействие на
я физическая основных физических качеств.		_ ·		_	_	личность в
		* *	• •			соответствии с
культура.		-	1			воспитательны

17.	Способы самостоятельной	Способы самостоятельной деятельности. Регулирование физической нагрузки по пульсу на	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/main/194610/	м идеалом, целью и
	деятельности.	самостоятельных занятиях физической подготовкой.			задачами
18.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6219/main/195342/	воспитания, целевыми ориентирами результатов
19.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6215/conspect/195363/	воспитания. Реализовывать приоритет
20.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6215/conspect/195363/	воспитания в учебной деятельности.
21.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4627/main/224795/	Привлекать внимание обучающихся к ценностному
22.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4627/main/224795/	аспекту изучаемых на уроках предметов,
23.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/482/?ysclid=14z5qftbs189 0649561	явлений и событий, инициировать обсуждение,
24.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/482/?ysclid=14z5qftbs189 0649561	высказывание своего мнения, выработку своего
25.	Спортивно- оздоровительная	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения в	1		личностного отношения к

	физическая культура.	танце «Летка-енка».			изучаемым событиям,
26.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Упражнения в танце «Летка-енка».	1		явлениям, лицам. Применять
27.	Прикладно- ориентированна я физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6189/conspect/195122/	интерактивные формы учебной работы — интеллектуальн
28.	Оздоровительна я физическая культура.	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.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/7453/main/314214/	ые, стимулирующи е познавательную мотивацию, игровые
29.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Волейбол: нижняя боковая подача.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6015/main/225204/	методики, дискуссии, дающие возможность
30.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Волейбол: приём и передача мяча сверху.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4631/main/225088/	приобрести опыт ведения конструктивног о диалога;
31.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Волейбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4632/main/196238/	групповой работы, которая учит строить отношения и
32.	Знания о физической культуре.	Знания о физической культуре. Развитие национальных видов спорта в России.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4595/main/194995/	действовать в команде, способствует
33.	Спортивно- оздоровительная	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Предупреждение травматизма во	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4629/main/195802/	развитию критического

	физическая	время занятий лыжной подготовкой.			мышления.
	культура.				
34.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	Побуждать обучающихся на уроках соблюдать
35.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	нормы поведения, правила со
36.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	сверстниками и педагогами, соответствующ ие укладу
37.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	школы, установление и поддержку доброжелательн
38.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	ой атмосферы. Побуждать к организации
39.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	шефства мотивированны х и эрудированных
40.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	обучающихся над неуспевающим и
41.	Спортивно- оздоровительная физическая	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	одноклассникам и, в том числе с особыми

	культура.				образовательны
42.	Спортивно- оздоровительная физическая	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лыжная подготовка. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5169/main/195703/	ми потребностями, дающего
43.	культура. Прикладно- ориентированна я физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6189/conspect/195122/	обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной
44.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/7447/main/262861/	помощи. Инициировать и поддерживать
45.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Плавательная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4634/main/279175/	исследовательс кую деятельность обучающихся,
46.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Плавательная подготовка. Упражнения в плавании кролем на груди; ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6433/main/196769/	планирование и выполнение индивидуальны х и групповых
47.	Прикладно- ориентированна я физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6189/conspect/195122/	проектов воспитательной направленности .
48.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6188/main/194636/	
49. 50.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Волейбол: нижняя боковая подача; приём и передача мяча сверху;	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6015/main/225204/	
50.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	

	оздоровительная физическая культура.	Подвижные и спортивные игры. Волейбол: нижняя боковая подача; приём и передача мяча сверху;		son/4631/main/225088/	
51.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Волейбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4632/main/196238/	
52.	Прикладно- ориентированна я физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	https://www.gto.ru/norms	
53.	Способы самостоятельной деятельности.	Способы самостоятельной деятельности Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6185/main/224379/	
54.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5165/main/89181/	
55.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5165/main/89181/	
56.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4626/main/195211/	
57.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4626/main/195211/	
58.	Спортивно- оздоровительная	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Технические действия при беге по	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4626/main/195211/	

	физическая	легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое		
59.	культура. Спортивно- оздоровительная физическая культура.	ускорение, финиширование. Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5166/main/195048/
60.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/3603/additional/224421/
61.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Лёгкая атлетика. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3603/additional/224421/
62.	Прикладно- ориентированна я физическая культура.	Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4626/main/195211/
63.	Оздоровительна я физическая культура.	Оздоровительная физическая культура. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах; солнечные и воздушные процедуры.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/6187/main/279150/
64.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы;	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/5174/main/225228/
65.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы;	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/4633/main/225372/
66.	Спортивно- оздоровительная физическая культура.	Спортивно-оздоровительная физическая культура. Подвижные и спортивные игры. Футбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	https://resh.edu.ru/subject/les son/3656/main/225461/

67.	Спортивно-	Спортивно-оздоровительная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	
	оздоровительная	Подвижные и спортивные игры. Футбол: выполнение		son/6227/main/225346/	
	физическая	освоенных технических действий в условиях игровой			
	культура.	деятельности.			
68.	Прикладно-	Прикладно-ориентированная физическая культура.	1	https://resh.edu.ru/subject/les	
	ориентированна	Упражнения физической подготовки на развитие		son/6131/conspect/190874/	
	я физическая	основных физических качеств.			
	культура.				