

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Краснодарского края

Управление образования администрации муниципального образования

город Армавир

МБОУ гимназия № 1

РАССМОТРЕНО

методическим
объединением учителей
технологии,
физической культуры,
ОБЖ, изобразительного
искусства и музыки

Погосова Р.К.
Приказ № 1 от «31» августа
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора
по УВР

Березикова О.В.
Приказ № 1 от «31» августа
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ
гимназии № 1

Гуреева В.В.
Приказ № 1 от «31» августа
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 496892)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 4 классов

Армавир 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

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

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное

вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» (Модуль «Спорт») разрабатывается на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований

Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО), активное вовлечение их в соревновательную деятельность. Модуль «Спорт» разрабатывается учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

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

Гимнастика с основами акробатики

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом, упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой, стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе, подъём ног из положения лёжа на животе, сгибание рук в положении упор лёжа, прыжки в группировке, толчком двумя ногами, прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

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. Модуль «Спорт»

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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, волейбол).

Прикладно-ориентированная физическая культура Модуль «Спорт»

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр баскетбол и волейбол. 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.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Модуль «Спорт»

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.

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.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Модуль «Спорт»

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

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

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные

действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

К концу обучения во **2 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;

- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;

- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;

- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;

- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- – выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;

- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол и волейбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
1.2	Осанка человека	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	20	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.2	Гимнастика с основами акробатики	17	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.3	Подвижные и спортивные игры	30	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
Итого по разделу		67			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура (Модуль «Спорт»)					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	0	14	gto.ru
Итого по разделу		26			

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99	0	14	
-------------------------------------	----	---	----	--

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
1.2	Осанка человека	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
1.3	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	11	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.2	Гимнастика с основами акробатики	18	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.3	Подвижные игры	30	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
Итого по разделу		59			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура (Модуль «Спорт»)					
3.1	Подготовка к выполнению	28	0	17	gto.ru

	нормативных требований комплекса ГТО				
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	17	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	0	
2.3	Физическая нагрузка	2	0	0	
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	18	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.2	Гимнастика с основами акробатики	18	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/

2.3	Подвижные игры	30	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
Итого по разделу		66			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура (Модуль «Спорт»)					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	0	17	gto.ru
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	17	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	0	
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
1.2	Закаливание организма	1	0	0	http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38
Итого по разделу		2			

Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	17	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.2	Гимнастика с основами акробатики	18	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
2.3	Подвижные игры	30	0	0	http://www.fizkult-ura.ru/
Итого по разделу		65			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура (Модуль «Спорт»)					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	0	17	gto.ru
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	17	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков. П.И.- «Прыгающие воробушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
2	О.Ф.П. Изучение техники ходьбы и бега (старт из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Горелки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
3	О.Ф.П. Изучение техники ходьбы и бега (бег с изменением направления и скорости движения). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Ловишки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
4	О.Ф.П. Изучение техники ходьбы и бега (бе по дистанции с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Мороз-красный нос». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
5	О.Ф.П. Изучение техники ходьбы и бега (бег с ускорением по звуковым и зрительным сигналам). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Коршун и насадка». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
6	О.Ф.П. Изучение техники ходьбы и бега (ознакомление с техникой "челночного" бега). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Краски». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
7	О.Ф.П. Изучение техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м. с высокого старта). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Волк во рву». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
8	О.Ф.П. Изучение техники прыжков (прыжки по разметкам). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Зайцы и волк». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
9	О.Ф.П. Изучение техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Лягушки - попрыгушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
10	О.Ф.П. Изучение техники прыжков (прыжки в длину с разбега). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыжки по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
11	О.Ф.П. Изучение техники прыжков (прыжки с высоты). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Весёлые кролики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
12	О.Ф.П. Изучение техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«По ровненькой дорожке». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
13	О.Ф.П. Изучение техники прыжков (прыжки через качающуюся и вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Поймай комара». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
14	О.Ф.П. Изучение техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.- «Сильный бросок». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

15	О.Ф.П. Изучение техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
16	О.Ф.П. Изучение техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.- «Снайпер». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
17	О.Ф.П. Изучение техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.- «Меткий глаз». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
18	О.Ф.П. Изучение техники метания и толкания снаряда (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.- «Попади в мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
19	О.Ф.П. Изучение техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы различными способами). Развитие выносливости. П.И. «Карусель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
20	О.Ф.П. Изучение техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Паровозик». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
21	О.Ф.П. Изучение техники смешанных передвижений (переменный бег до 6 мин.). Развитие выносливости. П.И. «Мышкин дом». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
22	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег 30 м., прыжки в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
23	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание мяча весом 150 гр. на дальность с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
24	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
25	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий гимнастикой. Организующие команды и приёмы. О.Р.У. без предметов на месте. Подвижные игры и эстафеты с элементами акробатики. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
26	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. без предметов в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
27	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У с предметами на месте. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
28	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. с предметами в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
29	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (по гимнастической стенке одноимённым и разноимённым способами). Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
30	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (лазанья по прямой и наклонной гимнастической скамейке). Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
31	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через горку гимнастических матов). Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

32	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через гимнастическое бревно и коня). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
33	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (преодоление гимнастической полосы препятствий). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
34	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и низкому бревну). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
35	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
36	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и бревну с поворотами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
37	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (напрыгивание на гимнастический мостик). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
38	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (вскок в упор на горку из гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
39	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Танцевальные упражнения. <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
40	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений - "Запрещённое движение". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
41	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений - "Придумай сам". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
42	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
43	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
44	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук, в упоре лёжа). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
45	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
46	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. О.Ф.П. Подводящие игры и эстафеты для овладения техникой игры в баскетбол. П.И.-"Вызов номеров". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
47	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (способы держание мяча). Развитие координационных способностей. П.И.-"Зеркало". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
48	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (броски и	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

	ловля мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Мяч свободному". Знания о физической культуре.				
49	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча на месте). Развитие координационных способностей. П.И.-"Молоточки". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
50	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча в движении). Развитие координационных способностей. П.И.-"Школа мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
51	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (ведение с обводкой). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
52	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (ловля и передача мяча в движении). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
53	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (передача мяча с отскоком от пола). П.И.-"Передал - садись". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
54	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и овладения элементарными технико –тактическими взаимодействиями (броски в кольцо). П.И.-"Салки с мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
55	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Борьба за мяч". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
56	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Нет мяча - защищайся". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
57	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Пяточки". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
58	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Подбор мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
59	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Муравейник". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
60	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Куда глаза глядят". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
61	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (техника перемещения, остановок и стоек игрока). Развитие координационных	1	0	0	http\school-collection.edu.ru

	способностей. П.И.-"Быстрые и ловкие". Знания о физической культуре.				
62	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (ловля и передача мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Полёт мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
63	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые передачи". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
64	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча у стены). Развитие координационных способностей. П.И.-"Играй, играй, но мяч не теряй". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
65	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Точный бросок". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
66	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча во встречных колоннах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Бег за мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
67	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в "тройках" и "квадрате"). Развитие координационных способностей. П.И.-"Гонка мячей по кругу". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
68	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (нижняя передача). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
69	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (верхняя передача). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
70	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). Знания о физической культуре.	1	0	1	http\school-collection.edu.ru
71	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1	http\school-collection.edu.ru
72	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). Знания о физической культуре.	1	0	1	http\school-collection.edu.ru
73	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1	http\school-collection.edu.ru

74	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Мяч над сеткой" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
75	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Пионербол" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
76	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков-«Прыгающие воробушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
77	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Горелки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
78	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с изменением направления движения). Развитие скоростных способностей. П.И.-«Ловишки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
79	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Мороз-красный нос». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
80	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Жоршун и наседка». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
81	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (челночный бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Краски». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
82	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Волк во рву». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
83	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Зайцы и волк». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
84	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Лягушки-попрыгушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
85	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыжки по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
86	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Кролики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
87	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«По ровненькой дорожке». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
88	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Поймай комара». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
89	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.-«Сильный бросок». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

90	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
91	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.- «Снайпер». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
92	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.- «Меткий глаз». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
93	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.- «Попади в мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
94	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы). Развитие выносливости. П.И. «Карусель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
95	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Паровозик». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
96	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (переменный бег в сочетании с ходьбой). Развитие выносливости. П.И. «Мышкин дом». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
97	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег на результат 30 м.). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
98	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
99	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков. П.И.- «А ну ка догони!». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
2	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (ходьба под счёт на носках и пятках, старты и ускорения из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «На старт! Внимание! Марш!». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
3	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (ходьба по разметкам, бег с изменением направления и скорости движения). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Догони мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

4	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (сочетание различных видов ходьбы и бега, бе по дистанции с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Нам преграды нипочём». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
5	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением по звуковым и зрительным сигналам). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Догнать направляющего». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
6	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега ("челночный" бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Туда и обратно». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
7	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м. с высокого старта). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Ракета на старт». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
8	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам на одной и двух ногах). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Попрыгунчики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
9	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Кенгуру». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
10	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыгуны». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
11	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты в глубину). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«С кочки на кочку». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
12	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Пограничники». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
13	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через качающуюся и вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Самый ловкий». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
14	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.-«Артелеристы». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
15	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
16	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.-«Точно в цель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
17	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.-«Порази цель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
18	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания снаряда (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.-«Жонглёры». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
19	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы различными способами). Развитие выносливости. П.И. «Преодолей дистанцию». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
20	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Вперёд по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

21	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (переменный бег до 6 мин.). Развитие выносливости. П.И. «Часы». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
22	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег 30 м., прыжки в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
23	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание мяча весом 150 гр. на дальность с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
24	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
25	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий гимнастикой. Организующие команды и приёмы. О.Р.У. без предметов на месте. Подвижные игры и эстафеты с элементами акробатики. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
26	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. без предметов в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
27	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У с предметами на месте. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
28	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. с предметами в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
29	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (по гимнастической стенке одноимённым и разноимённым способами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
30	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (лазанья по прямой и наклонной гимнастической скамейке). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
31	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через горку гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
32	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через гимнастическое бревно и коня). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
33	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (преодоление гимнастической полосы препятствий). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
34	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и низкому бревну). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
35	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
36	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и бревну с поворотами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
37	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (напрыгивание на гимнастический мостик). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

38	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опранных прыжков (вскок в упор на горку из гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
39	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Танцевальные упражнения. <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
40	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений - "Запрещённое движение". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
41	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений - "Придумай сам". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
42	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
43	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
44	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук, в упоре лёжа). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
45	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
46	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спортивным и подвижны играм. О.Ф.П. Подводящие игры и эстафеты для овладения техникой игры в баскетбол. П.И.-"Вызов номеров". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
47	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (способы держание мяча). Развитие координационных способностей. П.И.-"Зеркало". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
48	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (броски и ловля мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Мяч свободному". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
49	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча на месте). Развитие координационных способностей. П.И.-"Молоточки". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
50	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча в движении). Развитие координационных способностей. П.И.-"Школа мяча". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
51	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (ведение с обводкой). П.И.-"Мяч водящему". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
52	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (ловля и передача мяча в движении). П.И.-"У кого больше мячей". <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

53	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (передача мяча с отскоком от пола). П.И.-"Передал-садись". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
54	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и овладения элементарными техникой –тактическими взаимодействиями (броски в кольцо). П.И.-"Салки с мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
55	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Борьба за мяч". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
56	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Нет мяча-защищайся". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
57	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Пяточки". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
58	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Подбор мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
59	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Муравейник". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
60	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Куда глаза глядят". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
61	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (техника перемещения, остановок и стоек игрока). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые и ловкие". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
62	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (ловля и передача мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Полёт мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
63	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые передачи". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
64	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча у стены). Развитие координационных способностей. П.И.-"Играй, играй, но мяч не теряй". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
65	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Точный бросок". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
66	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и	1	0	0	http\school-

	совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча во встречных колоннах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Бег за мячом". Знания о физической культуре.					collection.edu.ru
67	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в "тройках" и "квадрате"). Развитие координационных способностей. П.И.-"Гонка мячей по кругу". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
68	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (нижняя передача). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
69	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (верхняя передача). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
70	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
71	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
72	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
73	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
74	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Мяч над сеткой" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
75	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Пионербол" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
76	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков-«Прыгающие воробушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
77	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Горелки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
78	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с изменением направления движения). Развитие скоростных способностей. П.И.-«Ловишки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

79	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Мороз-красный нос». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
80	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Коршун и наседка». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
81	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (челночный бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Краски». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
82	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Волк во рву». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
83	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Зайцы и волк». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
84	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Лягушки-попрыгушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
85	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыжки по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
86	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Кролики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
87	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«По ровненькой дорожке». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
88	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Поймай комара». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
89	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.- «Сильный бросок». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
90	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
91	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.- «Снайпер». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
92	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.- «Меткий глаз». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
93	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.- «Попади в мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
94	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы). Развитие выносливости. П.И. «Карусель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
95	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Паровозик». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
96	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений	1	0	0		http\school-

	(переменный бег в сочетании с ходьбой). Развитие выносливости. П.И. «Мышкин дом». Знания о физической культуре.					collection.edu.ru
97	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег на результат 30 м.). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
98	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
99	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание малого мяча на результат с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
100	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
101	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
102	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков. П.И.- «А ну ка догони!». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
2	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (ходьба под счёт на носках и пятках, старты и ускорения из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «На старт! Внимание! Марш!». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
3	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (ходьба по разметкам, бег с изменением направления и скорости движения). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Догони мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
4	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (сочетание различных видов ходьбы и бега, бе по дистанции с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Нам преграды нипочём». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
5	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением по звуковым и зрительным сигналам). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Догнать направляющего». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
6	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега ("челночный" бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Туда и обратно». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
7	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м. с высокого старта). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Ракета на	1	0	0		http\school-

	старт». Знания о физической культуре.					collection.edu.ru
8	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам на одной и двух ногах). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Попрыгунчики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
9	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Кенгуру». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
10	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыгуны». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
11	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты в глубину). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«С кочки на кочку». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
12	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Пограничники». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
13	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через качающуюся и вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Самый ловкий». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
14	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.-«Артелеристы». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
15	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
16	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.-«Точно в цель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
17	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.-«Порази цель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
18	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания снаряда (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.-«Жонглёры». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
19	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы различными способами). Развитие выносливости. П.И. «Преодолей дистанцию». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
20	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Вперёд по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
21	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (переменный бег до 6 мин.). Развитие выносливости. П.И. «Часы». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
22	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег 30 м., прыжки в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
23	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание мяча весом 150 гр. на дальность с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
24	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru

25	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий гимнастикой. Организующие команды и приёмы. О.Р.У. без предметов на месте. Подвижные игры и эстафеты с элементами акробатики. Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
26	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. без предметов в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
27	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У с предметами на месте. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
28	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. с предметами в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
29	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (по гимнастической стенке одноимённым и разноимённым способами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
30	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (лазанья по прямой и наклонной гимнастической скамейке). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
31	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через горку гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
32	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через гимнастическое бревно и коня). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
33	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (преодоление гимнастической полосы препятствий). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
34	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и низкому бревну). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
35	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
36	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и бревну с поворотами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
37	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (напрыгивание на гимнастический мостик). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
38	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (вскок в упор на горку из гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
39	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Танцевальные упражнения. <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
40	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений -"Запрещённое движение". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru
41	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений -"Придумай сам". Знания о физической культуре.	1	0	0	http\school-collection.edu.ru

42	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
43	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
44	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (стигание и разгибание рук, в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
45	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
46	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спортивным и подвижны играм. О.Ф.П. Подводящие игры и эстафеты для овладения техникой игры в баскетбол. П.И.-"Вызов номеров". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
47	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (способы держание мяча). Развитие координационных способностей. П.И.-"Зеркало". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
48	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (броски и ловля мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Мяч свободному". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
49	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча на месте). Развитие координационных способностей. П.И.-"Молоточки". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
50	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча в движении). Развитие координационных способностей. П.И.-"Школа мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
51	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (ведение с обводкой). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
52	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (ловля и передача мяча в движении). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
53	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (передача мяча с отскоком от пола). П.И.-"Передал-садись". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
54	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и овладения элементарными технико –тактическими взаимодействиями (броски в кольцо). П.И.-"Салки с мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
55	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Борьба за мяч". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

56	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Нет мяча-защищайся". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
57	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Пяточки". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
58	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощённым правилам). П.И.-"Подбор мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
59	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощённым правилам). П.И.-"Муравейник". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
60	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощённым правилам). П.И.-"Куда глаза глядят". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
61	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (техника перемещения, остановок и стоек игрока). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые и ловкие". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
62	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (ловля и передача мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Полёт мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
63	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые передачи". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
64	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча у стены). Развитие координационных способностей. П.И.-"Играй, играй, но мяч не теряй". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
65	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Точный бросок". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
66	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча во встречных колоннах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Бег за мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
67	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в "тройках" и "квадрате"). Развитие координационных способностей. П.И.-"Гонка мячей по кругу". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
68	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (нижняя	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

	передача). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.					
69	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (верхняя передача). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
70	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
71	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
72	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
73	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
74	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Мяч над сеткой" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
75	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Пионербол" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
76	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков-«Прыгающие воробушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
77	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Горелки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
78	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с изменением направления движения). Развитие скоростных способностей. П.И.-«Ловишки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
79	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Мороз-красный нос». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
80	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Коршун и наседка». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
81	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (челночный бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Краски». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
82	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Волк во рву». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

83	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Зайцы и волк». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
84	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Лягушки-попрыгушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
85	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыжки по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
86	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Кролики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
87	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«По ровненькой дорожке». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
88	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Поймай комара». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
89	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.-«Сильный бросок». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
90	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
91	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.-«Снайпер». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
92	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.-«Меткий глаз». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
93	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.- «Попади в мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
94	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы). Развитие выносливости. П.И. «Карусель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
95	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Паровозик». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
96	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (переменный бег в сочетании с ходьбой). Развитие выносливости. П.И. «Мышкин дом». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
97	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег на результат 30 м.). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
98	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
99	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание малого мяча на результат с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
100	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических	1	0	1		http\school-

	упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.					collection.edu.ru
101	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
102	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков. П.И.- «А ну ка догони!». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
2	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (ходьба под счёт на носках и пятках, старты и ускорения из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «На старт! Внимание! Марш!». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
3	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (ходьба по разметкам, бег с изменением направления и скорости движения). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Догони мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
4	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (сочетание различных видов ходьбы и бега, бе по дистанции с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Нам преграды нипочём». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
5	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением по звуковым и зрительным сигналам). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Догнать направляющего». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
6	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега ("челночный" бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Туда и обратно». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
7	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м. с высокого старта). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Ракета на старт». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
8	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам на одной и двух ногах). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Попрыгунчики». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
9	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Кенгуру». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
10	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыгуны». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

11	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты в глубину). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«С кочки на кочку». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
12	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Пограничники». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
13	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через качающуюся и вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Самый ловкий». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
14	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.-«Артелеристы». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
15	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
16	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.-«Точно в цель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
17	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.-«Порази цель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
18	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания снаряда (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.-«Жонглёры». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
19	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы различными способами). Развитие выносливости. П.И. «Преодолей дистанцию». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
20	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Вперёд по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
21	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (переменный бег до 6 мин.). Развитие выносливости. П.И. «Часы». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
22	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег 30 м., прыжки в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
23	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание мяча весом 150 гр. на дальность с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
24	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
25	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий гимнастикой. Организующие команды и приёмы. О.Р.У. без предметов на месте. Подвижные игры и эстафеты с элементами акробатики. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
26	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. без предметов в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
27	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У с предметами на месте. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

28	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. О.Р.У. с предметами в движении. Акробатические упражнения и комбинации. Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
29	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (по гимнастической стенке одноимённым и разноимённым способами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
30	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (лазанья по прямой и наклонной гимнастической скамейке). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
31	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через горку гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
32	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (перелезания через гимнастическое бревно и коня). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
33	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Лазанья и перелезания (преодоление гимнастической полосы препятствий). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
34	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и низкому бревну). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
35	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через предметы). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
36	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков равновесия (ходьба по гимнастической скамейке и бревну с поворотами). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
37	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (напрыгивание на гимнастический мостик). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
38	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Освоение навыков опорных прыжков (вскоч в упор на горку из гимнастических матов). <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
39	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Танцевальные упражнения. <i>Знания о физической культуре.</i>	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
40	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений -"Запрещённое движение". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
41	Организующие команды и приёмы. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами изученных гимнастических упражнений -"Придумай сам". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
42	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
43	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
44	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук, в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
45	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных гимнастических	1	0	1		

	упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). Знания о физической культуре.					collection.edu.ru
46	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спортивным и подвижным играм. О.Ф.П. Подводящие игры и эстафеты для овладения техникой игры в баскетбол. П.И.-"Вызов номеров". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
47	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (способы держание мяча). Развитие координационных способностей. П.И.-"Зеркало". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
48	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (броски и ловля мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Мяч свободному". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
49	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча на месте). Развитие координационных способностей. П.И.-"Молоточки". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
50	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения баскетбольным мячом (ведение мяча в движении). Развитие координационных способностей. П.И.-"Школа мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
51	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (ведение с обводкой). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
52	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (ловля и передача мяча в движении). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
53	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей (передача мяча с отскоком от пола). П.И.-"Передал-садись". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
54	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения баскетбольным мячом и овладения элементарными технико – тактическими взаимодействиями (броски в кольцо). П.И.-"Салки с мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
55	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Борьба за мяч". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
56	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Нет мяча-защищайся". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
57	О.Ф.П. Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей (комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок). П.И.-"Пятячки". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
58	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Подбор мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru

	культуре.					
59	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Муравейник". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
60	О.Ф.П. Закрепление техники перемещений владения мячом и развитие координационных способностей. Освоение тактики игры (мини-баскетбол по упрощенным правилам). П.И.-"Куда глаза глядят". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
61	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (техника перемещения, остановок и стоек игрока). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые и ловкие". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
62	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (ловля и передача мяча различными способами). Развитие координационных способностей. П.И.-"Полёт мяча". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
63	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах). Развитие координационных способностей. П.И.-"Быстрые передачи". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
64	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча у стены). Развитие координационных способностей. П.И.-"Играй, играй, но мяч не теряй". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
65	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в парах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Точный бросок". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
66	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча во встречных колоннах через сетку). Развитие координационных способностей. П.И.-"Бег за мячом". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
67	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления и совершенствования техники владения волейбольным мячом (броски и ловля мяча в "тройках" и "квадрате"). Развитие координационных способностей. П.И.-"Гонка мячей по кругу". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
68	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию способностей к дифференцированию параметров движений (нижняя передача). П.И.-"Мяч водящему". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
69	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и развитию реакции ориентирования в пространстве (верхняя передача). П.И.-"У кого больше мячей". Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
70	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (подтягивание из виса на высокой и низкой перекладине). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru

71	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (стигание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
72	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (наклон вперёд из положения стоя). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
73	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
74	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Мяч над сеткой" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
75	О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты для обучения, закрепления, совершенствования техники владения волейбольным мячом и комплексное развитие координационных и кондиционных способностей. П.И.-"Пионербол" Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
76	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лёгкой атлетикой в спортивном зале и на открытых площадках. О.Ф.П. Подвижные игры и эстафеты с элементами ходьбы, бега и прыжков-«Прыгающие воробушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
77	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег из различных и.п.). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Горелки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
78	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с изменением направления движения). Развитие скоростных способностей. П.И.-«Ловишки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
79	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с преодолением препятствий). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Мороз-красный нос». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
80	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег с ускорением). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Коршун и наседка». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
81	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (челночный бег). Развитие скоростных способностей. П.И.- «Краски». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
82	О.Ф.П. Совершенствование техники ходьбы и бега (бег на результат 30 м). Развитие скоростных способностей. П.И. - «Волк во рву». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
83	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки по разметкам). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.- «Зайцы и волк». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
84	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с места). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И. «Лягушки-попрыгушки». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
85	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки в длину с разбега способом "согнув ноги"). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Прыжки по кочкам». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
86	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки с высоты). Развитие	1	0	0		http\school-

	прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Кролики». Знания о физической культуре.					collection.edu.ru
87	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через неподвижную скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«По ровненькой дорожке». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
88	О.Ф.П. Совершенствование техники прыжков (прыжки через вращающуюся скакалку). Развитие прыгучести и прыжковой выносливости. П.И.-«Поймай комара». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
89	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с места). Развитие координационных способностей. П.И.-«Сильный бросок». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
90	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на дальность с разбега). Развитие координационных способностей. П.И.- «Кто дальше бросит». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
91	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча на заданное расстояние). Развитие координационных способностей. П.И.-«Снайпер». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
92	О.Ф.П. Совершенствование техники метания (метание малого мяча в неподвижную цель). Развитие координационных способностей. П.И.-«Меткий глаз». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
93	О.Ф.П. Совершенствование техники метания и толкания (броски и ловля медбола 1 кг.). Развитие координационных способностей. П.И.- «Попади в мяч». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
94	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (сочетание бега и ходьбы). Развитие выносливости. П.И. «Карусель». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
95	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (кросс по слабопересечённой местности). Развитие выносливости. П.И. «Паровозик». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
96	О.Ф.П. Совершенствование техники смешанных передвижений (переменный бег в сочетании с ходьбой). Развитие выносливости. П.И. «Мышкин дом». Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
97	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (бег на результат 30 м.). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
98	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (прыжок в длину с места). Знания о физической культуре.	1	0	0		http\school-collection.edu.ru
99	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (метание малого мяча на результат с разбега). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
100	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (сгибание и разгибание рук в упоре лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
101	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (поднимание туловища из положения лёжа). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru
102	О.Ф.П. Совершенствование техники изученных легкоатлетических упражнений. Подготовка к сдаче нормативов Г.Т.О. (смешанные передвижения). Знания о физической культуре.	1	0	1		http\school-collection.edu.ru

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Физическая культура, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Физическая культура, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Физическая культура, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<http://www.fizkult-ura.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

<http://enc-dic.com/word/f/fizkultura-1200.html>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

[http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject\[\]=38](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38)

Сетевые образовательные сообщества «Открытый класс». Предмет «Физическая культура». <http://www.openclass.ru>

Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей» <http://www.it-n.ru/communities>.

Образовательные сайты для учителей физической культуры

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9

Сайт "Я иду на урок физкультуры"

<http://spo.1september.ru/urok/>

Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/>