

УТВЕРЖДЕНА  
приказом МАОУ СОШ № 15  
от 30.08.2024г. № 179-од

Приложение к основной  
образовательной программе  
начального общего образования

**Рабочая программа учебного предмета  
«Физическая культура»  
1-4 класс**

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

## СОДЕРЖАНИЕ

### 1 КЛАСС

#### ***Знания о физической культуре.***

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

#### ***Способы самостоятельной деятельности.***

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

#### ***Физическое совершенствование.***

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

#### ***Спортивно-оздоровительная физическая культура.***

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

#### ***Гимнастика с основами акробатики.***

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

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

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

#### ***Лыжная подготовка.***

Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

#### ***Лёгкая атлетика.***

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

#### ***Подвижные и спортивные игры.***

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

### 2 КЛАСС

#### ***Знания о физической культуре.***

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

#### ***Способы самостоятельной деятельности.***

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

#### ***Физическое совершенствование.***

*Оздоровительная физическая культура.* Закаливание организма обливанием. 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 перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

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

Лыжная подготовка.

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

Лёгкая атлетика.

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложнокоординированные 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 сложнокоординационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры.

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

*Прикладно-ориентированная физическая культура.*

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

### 3 КЛАСС

***Знания о физической культуре.***

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

***Способы самостоятельной деятельности.***

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

***Физическое совершенствование.***

*Оздоровительная физическая культура.*

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

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.*

Гимнастика с основами акробатики.

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в

три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

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

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

#### Лёгкая атлетика.

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

#### Лыжная подготовка.

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

#### Плавательная подготовка.

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками, погружение в воду и всплывание, скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

#### Подвижные и спортивные игры.

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

#### *Прикладно-ориентированная физическая культура.*

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## 4 КЛАСС

### ***Знания о физической культуре.***

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

### ***Способы самостоятельной деятельности.***

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

### ***Физическое совершенствование.***

#### *Оздоровительная физическая культура.*

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы

тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.*

Гимнастика с основами акробатики.

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Лёгкая атлетика.

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка.

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры.

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.*

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

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- 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 укрепления и сохранения здоровья, развитию физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладной направленности, формированию основ и соблюдения 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

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании **первого года обучения** учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

- 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 УУД:*

- 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 учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

*регулятивные УУД:*

- 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.

По окончании **второго года обучения** учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закалывающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитии 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 УУД:*
- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (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 УУД:*
- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

### **1 КЛАСС**

К концу обучения в первом 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 культуры, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному; выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

### **2 КЛАСС**

К концу обучения во втором 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, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

### 3 КЛАСС

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

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической 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;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать прироста в их показателях.



#### 4 КЛАСС

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

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать прироста в их показателях.

### Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания	
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b>					
<u>Лёгкая атлетика.</u>					
1	<i>Что такое физическая культура.</i>	1		Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности. Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной	
2*	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/</a>		
3**	Упражнения в передвижении с изменением скорости.	1			
4*	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>		
5**	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения.	1			
6*	Обучение прыжку в длину с места в полной координации.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/</a>		
7**	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега.	1			
8	Разучивание фазы приземления из прыжка.	1			
9	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке.	1			
<u>Подвижные и спортивные игры: баскетбол.</u>					
10*	<i>Режим дня и правила его составления и соблюдения.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>		
11*	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/</a>		

			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/">n/5752/start/326665/</a>	дисциплины и самоорганизации.
12**	Обучение способам организации игровых площадок.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/</a>	
13*	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/</a>	
14	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1		
15*	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото».	1		
16	Разучивание подвижной игры «Не оступись».	1		
	<u>Гимнастика с основами акробатики.</u>			
17	<i>Личная гигиена и гигиенические процедуры</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/</a>	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих упражнений для решения, проблемных ситуаций и обсуждения в классе.
18*	<i>Осанка человека. Упражнения для осанки</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/</a>	
19*	Правила поведения на уроках физической культуры.	1		
20*	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики.	1		
21*	Исходные положения в физических упражнениях.	1		
22	Учимся гимнастическим упражнениям.	1		
23*	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом.	1		
24*	Акробатические упражнения, основные техники.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/</a>	
25*	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/</a>	
26**	Способы построения и повороты стоя на месте.	1		
27	Гимнастические упражнения с мячом.	1		
28*	Гимнастические упражнения со скакалкой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/</a>	
29	Гимнастические упражнения в прыжках.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/</a>	

			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5747/start/189604/">n/5747/start/189604/</a>	
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
30*	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы.	1		
31	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры.	1		
32	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1		
	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лыжная подготовка.</u>			
33	Строевые упражнения с лыжами в руках.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/</a>	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения. Включение в
34*	Строевые упражнения с лыжами в руках.	1		
35*	Упражнения в передвижении на лыжах.	1		
36	Упражнения в передвижении на лыжах.	1		
37*	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах.	1		
38*	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах.	1		
39*	Техника ступающего шага во время передвижения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/</a>	
40	Техника ступающего шага во время передвижения.	1		
41*	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом.	1		
42	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом.	1		
43	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/</a>	

44	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации.	1		урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
45**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/start/69168/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/start/69168/</a>	
	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Подвижные и спортивные игры: волейбол.</u>			
46	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/</a>	
47*	Обучение способам организации игровых площадок.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/</a>	
48*	Разучивание подвижной игры «Не оступись».	1		
49*	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок».	1		
50	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок».	1		
	<u>Подвижные и спортивные игры: футбол.</u>			
51	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/</a>	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога;
52*	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/</a>	
53*	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/</a>	
54*	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай».	1		
55*	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/</a>	
56	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом».	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			

57	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО.	1		<p>групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися. Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих упражнений для решения, проблемных ситуаций и обсуждения в классе.</p>
58*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры.	1		
59*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/</a>	
60**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>	
61**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/</a>	
62*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры.	1		
63**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры.	1		
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/</a>	
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры.	1		
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО.	1		

\*- для детей с ОВЗ в ознакомительном порядке;

\*\* - дифференцированная контрольная работа для детей с ОВЗ с учётом индивидуальных особенностей обучающихся;

- шрифт *Liberation Serif* в темах урока (теоретические сведения о знаниях **физической культуры, о способах самостоятельной деятельности и физического совершенствования** (оздоровительная физическая культура)).

## Тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
	<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b> <b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лёгкая атлетика.</u>			Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.  Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками)
1	<i>Зарождение Олимпийских игр.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/</a>	
2*	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой.	1		
3**	Бег с поворотами и изменением направлений.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/</a>	
4*	Сложно координированные беговые упражнения.	1		
5**	Сложно координированные прыжковые упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/</a>	
6*	Прыжок в высоту с прямого разбега.	1		
7**	Броски мяча в неподвижную мишень.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/</a>	
8	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/</a>	
	<u>Подвижные и спортивные игры: баскетбол.</u>			
9	<i>Физическое развитие.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/</a>	
10*	Подвижные игры с приёмами спортивных игр.	1		
11*	Приём «волна» в баскетболе.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/</a>	

12**	Приём баскетбола: мяч среднему и мяч соседу.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/</a>	и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
13*	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/start/192081/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/start/192081/</a>	
14*	Игры с приёмами баскетбола.	1		
15	Приём баскетбола: мяч среднему и мяч соседу.	1		
16	Игры с приёмами баскетбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/start/192170/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/start/192170/</a>	
	<u>Гимнастика с основами акробатики.</u>			
17	<i>Закаливание организма.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/</a>	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих упражнений для решения, проблемных ситуаций и обсуждения в классе.
18*	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики.	1		
19*	Строевые упражнения и команды.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/</a>	
20*	<i>Составление комплекса утренней зарядки.</i>	1		
21*	Гимнастическая разминка.	1		
22	Ходьба на гимнастической скамейке.	1		
23*	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/</a>	
24*	Прыжковые упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/start/223929/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/start/223929/</a>	
25*	Упражнения с гимнастическим мячом.	1		
26**	Танцевальные гимнастические движения.	1		
27	Ходьба на гимнастической скамейке.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/</a>	
28	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1		
29*	Упражнения с гимнастическим мячом.	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			



30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине-мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/</a>	
31*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90см. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/</a>	
32	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперёд из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3571/start/191691/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3571/start/191691/</a>	
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лыжная подготовка.</u>				
33	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/</a>	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.
34*	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/</a>	
35*	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1		
36*	Спуски с горы в основной стойке.	1		
37	Подъём «лесенкой».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/</a>	
38	Спуски с горы в основной стойке.	1		
39*	Подъём «лесенкой».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/</a>	
40*	Спуски и подъёмы на лыжах.	1		
41*	Спуски и подъёмы на лыжах.	1		
42**	Торможение лыжными палками.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/</a>	
43*	Торможение падением на бок.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/</a>	

44	Торможение лыжными палками.	1		
45	Торможение падением на бок.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/</a>	
46	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1		
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>				
47*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1		
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/start/191296/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/start/191296/</a>	
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Подвижные и спортивные игры: волейбол.</u>				
49*	Подвижные игры на развитие равновесия.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3511/start/192229/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3511/start/192229/</a>	
50*	Гонка мячей и слалом с мячом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4133/start/192375/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4133/start/192375/</a>	
51*	Подвижные игры на развитие равновесия.	1		
52	Гонка мячей и слалом с мячом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/</a>	
<u>Подвижные и спортивные игры: футбол.</u>				
53	Игры с приёмами футбола: метко в цель.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/</a>	
54*	Футбольный бильярд.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/start/224007/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/start/224007/</a>	
55*	Бросок ногой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/start/224033/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/start/224033/</a>	
56*	Футбольный бильярд.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/</a>	

Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений

			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3602/start/191828/">n/3602/start/191828/</a>	в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока. Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.
57*	Подвижные игры на развитие равновесия.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6170/start/224060/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6170/start/224060/</a>	
58	Игры с приёмами футбола: метко в цель.	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
59	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО.	1		
60*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/</a>	
61*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанные передвижения по пересечённой местности. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/</a>	
62**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты.	1		
63*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лёжа на спине. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/</a>	
64**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/</a>	
65**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3X10. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/</a>	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>	
67*	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО.	1		
68*	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний(тестов) 2 ступени ГТО.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/</a>	

\*- для детей с ОВЗ в ознакомительном порядке;

\*\* - дифференцированная контрольная работа для детей с ОВЗ с учётом индивидуальных особенностей обучающихся;

- шрифт *Liberation Serif* в темах урока (теоретические сведения о знаниях **физической культуры, о способах самостоятельной деятельности и физического совершенствования** (оздоровительная физическая культура)).

### Тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
	<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b> <b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лёгкая атлетика.</u>			Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания
1	<i>Физическая культура у древних народов.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/</a>	и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания
2*	Беговые упражнения с координационной сложностью.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/start/226262/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/start/226262/</a>	к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.
3**	Бег с ускорением на короткую дистанцию.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/</a>	
4*	Бег с ускорением на короткую дистанцию.	1		
5**	Челночный бег.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/</a>	
6*	Прыжок в длину с разбега.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/</a>	
7**	Прыжок в длину с разбега.	1		
8	Броски набивного мяча.	1		Побуждение обучающихся

	<u>Подвижные и спортивные игры: баскетбол.</u>			соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
9	<i>Виды физических упражнений.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/</a>	
10*	Спортивная игра баскетбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/start/224225/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/start/224225/</a>	
11*	Спортивная игра баскетбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/</a>	
12**	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/start/193696/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/start/193696/</a>	
13*	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/start/224286/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/start/224286/</a>	
14*	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками.	1		
15	Подвижные игры с приемами баскетбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/</a>	
16	Подвижные игры с приемами баскетбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/start/193991/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/start/193991/</a>	
	<u>Гимнастика с основами акробатики.</u>			Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через
17	<i>Измерение пульса на занятиях физической культурой.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/start/192919/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/start/192919/</a>	
18*	Строевые команды и упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/</a>	
19*	Передвижения по гимнастической скамейке.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/</a>	
20*	Передвижения по гимнастической скамейке.	1		
21*	Лазанье по канату.	1		
22	Лазанье по канату.	1		
23*	Прыжки через скакалку.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/</a>	

			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/">n/3553/start/279039/</a>	подбор соответствующих упражнений для решения, проблемных ситуаций и обсуждения в классе.
24*	Ритмическая гимнастика.	1		
25*	Танцевальные упражнения из танца галоп.	1		
26**	Танцевальные упражнения из танца полька.	1		
27	<i>Дыхательная и зрительная гимнастика.</i>	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
28	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени.	1		
29*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты.	1		
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты.	1		
31*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1		
32	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры.	1		
	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лыжная подготовка.</u>			
33	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/start/197374/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/start/197374/</a>	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке
34*	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/</a>	
35*	Повороты на лыжах способом переступания на месте.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/start/193538/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/start/193538/</a>	
36*	Повороты на лыжах способом переступания на месте.	1		

37	Повороты на лыжах способом переступания в движении.	1		социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.
38	Повороты на лыжах способом переступания в движении.	1		
39*	Повороты на лыжах способом переступания.	1		
40*	Повороты на лыжах способом переступания.	1		
41*	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона.	1		
42**	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона.	1		
43*	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/start/193564/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/start/193564/</a>	
44	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением.	1		
45	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом.	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
46	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1		
47*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4463/start/224199/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4463/start/224199/</a>	
	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Подвижные и спортивные игры: волейбол.</u>			
48	Спортивная игра волейбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/</a>	
49*	Спортивная игра волейбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/start/194074/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/start/194074/</a>	
50*	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/</a>	
51*	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/start/194152/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/start/194152/</a>	

52	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/start/194204/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/start/194204/</a>	
	<u>Подвижные и спортивные игры: футбол.</u>			
53	Спортивная игра футбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/197401/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/197401/</a>	Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока. Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат
54*	Спортивная игра футбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/</a>	
55*	Спортивная игра футбол.	1		
56*	Подвижные игры с приемами футбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/start/194287/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/start/194287/</a>	
57*	Подвижные игры с приемами футбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/start/194376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/start/194376/</a>	
58	Подвижные игры с приемами футбола.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/start/194402/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/start/194402/</a>	
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
59	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО.	1		
60*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/</a>	
61*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/</a>	
62**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/</a>	
63*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/</a>	
64**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м.	1		



65**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры.	1		обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения.	1		
67*	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени.	1		
68*	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени.	1		

\*- для детей с ОВЗ в ознакомительном порядке;

\*\* - дифференцированная контрольная работа для детей с ОВЗ с учётом индивидуальных особенностей обучающихся;

- шрифт *Liberation Serif* в темах урока (теоретические сведения о **знаниях физической культуры, о способах самостоятельной деятельности и физического совершенствования** (оздоровительная физическая культура)).

### Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания
	<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b> <b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лёгкая атлетика.</u>			Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их
1	<i>Правила предупреждения травм на уроках физической культуры.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/</a>	
2*	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой.	1		
3**	Беговые упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/</a>	
4*	Беговые упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/start/195123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/start/195123/</a>	

5**	Упражнения в прыжках в высоту с разбега.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/</a>	внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.
6*	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/</a>	
7**	Метание малого мяча на дальность.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/</a>	
8	Метание малого мяча на дальность.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3603/start/224401/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3603/start/224401/</a>	
	<u>Подвижные и спортивные игры: баскетбол.</u>			Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
9	<i>Из истории развития физической культуры в России.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/</a>	
10*	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными и спортивными играм.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/</a>	
11*	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/</a>	
12**	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/start/195918/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/start/195918/</a>	
13*	Разучивание подвижной игры «Паровая машина».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4630/start/224938/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4630/start/224938/</a>	
14*	Упражнения из игры баскетбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/start/195944/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6223/start/195944/</a>	
15	Упражнения из игры баскетбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/</a>	
16	Упражнения из игры баскетбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5172/start/196022/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5172/start/196022/</a>	
	<u>Гимнастика с основами акробатики.</u>			
17	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/195338/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/195338/</a>	Использование воспитательных

18*	Акробатическая комбинация.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6215/start/195364/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6215/start/195364/</a>	возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих упражнений для решения, проблемных ситуаций и обсуждения в классе.
19*	Акробатическая комбинация.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6220/start/195509/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6220/start/195509/</a>	
20*	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания.	1		
21*	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку.	1		
22	Обучение опорному прыжку.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/</a>	
23*	Упражнения на гимнастической перекладине.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4628/start/195390/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4628/start/195390/</a>	
24*	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине.	1		
25*	Танцевальные упражнения «Летка-енка».	1		
26**	<i>Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма.</i>	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/start/194606/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/start/194606/</a>	
27	<i>Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела.</i>	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
28	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени.	1		
29*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты.	1		
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты.	1		
31*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1		

32	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры.	1		
	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Лыжная подготовка.</u>			
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/</a>	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.
34*	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/</a>	
35*	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения.	1		
36*	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения.	1		
37	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах.	1		
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах.	1		
39*	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/start/224884/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/start/224884/</a>	
40*	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/start/224911/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/start/224911/</a>	
41*	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона.	1		
42**	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации.	1		
43*	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации.	1		
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации.	1		
	<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>			
45	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4629/start/195798/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4629/start/195798/</a>	

46	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1		
	<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура:</b> <u>Подвижные и спортивные игры: волейбол.</u>			
47*	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6225/start/196076/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6225/start/196076/</a>	
48	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3644/start/196102/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3644/start/196102/</a>	
49*	Упражнения из игры волейбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6226/start/224995/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6226/start/224995/</a>	
50*	Упражнения из игры волейбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5173/start/225142/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5173/start/225142/</a>	
	<u>Плавательная подготовка</u>			
51*	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне.	1		
52	Упражнения в скольжении на груди.	1		
53	Плавание кролем на спине в полной координации.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4634/start/279172/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4634/start/279172/</a>	Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.
54*	Упражнения в плавании способом кроль.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6433/start/196766/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6433/start/196766/</a>	
	<u>Подвижные и спортивные игры: футбол.</u>			
55*	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5174/start/225225/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5174/start/225225/</a>	
56*	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча».	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6056/start/225253/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6056/start/225253/</a>	
57*	Упражнения из игры футбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3656/start/225457/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3656/start/225457/</a>	

58	Упражнения из игры футбол.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6227/start/225342/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6227/start/225342/</a>	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися.
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>				
59	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время.	1		
60*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты.	1		
61*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/</a>	
62**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/</a>	
63*	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/</a>	
64**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/start/195123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/start/195123/</a>	
65**	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения.	1		
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры.	1		
67*	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 степени.	1		
68*	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 степени.	1		

\*- для детей с ОВЗ в ознакомительном порядке;

\*\* - дифференцированная контрольная работа для детей с ОВЗ с учётом индивидуальных особенностей обучающихся;

- шрифт *Liberation Serif* в темах урока (теоретические сведения о **знаниях физической культуры, о способах самостоятельной деятельности и физического совершенствования** (оздоровительная физическая культура)).