

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное образование город Краснодар

Муниципальное автономное образовательное учреждение

муниципального образования город Краснодар

МАОУ СОШ № 65

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО
учителей физкультуры

Козленко О.Н.
Протокол №1 от «29» 08
2023г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УМР

Лутошкина Т.В.
Протокол №1 от «29» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

и.о.директора МАОУ
СОШ № 65

Бугаева И.Ю.
Протокол №1 «29» 08
2023г. г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2601282)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 4 классов

г. Краснодар 2023-2024г.

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 физкультурминуток 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» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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 (2 часа в неделю + 1 час внеурочной деятельности), во 2 классе – 102 часа (2 часа в неделю + 1 час в неделю), в 3 классе – 102 часа (2 часа в неделю + 1 час в неделю), в 4 классе – 102 часа (2 часа в неделю + 1 час 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.

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.

Шахматы

История возникновения шахмат. Основные содержательные линии. Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, начальная позиция фигур, шахматная нотация, ценность фигур, нападение, взятие, шахматная нотация, шах и защита

от шаха, мат, пат, рокировка, взятие на проходе, превращение пешки, матование одинокого короля различными фигурами, начало шахматной партии, материальное преимущество, правила шахматного этикета, дебютные ошибки.

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.

Лыжная подготовка

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

Лёгкая атлетика

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

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

Шахматы

Из истории шахмат. Чемпионы мира по шахматам и выдающиеся шахматисты мира. Шахматные фигуры (повторение). Нападение в шахматной партии. Шах и защита от него. Рокировка (повторение). Мат. Пат. Мат одинокому королю королём и ладьёй. Мат в один ход (повторение). Защита в шахматной партии: уход из-под нападения, уничтожение атакующей фигуры, защита фигуры. Защита в шахматной партии: перекрытие, контр нападение. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «двойной удар», «связка». Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «ловля фигуры». Тактический приём «сквозной удар». Мат на последней горизонтали. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «открытый шах». Тактический приём «двойной шах». Шахматный турнир. Основы игры в дебюте: дебютные ловушки. Основы игры в дебюте: атака на короля. Основы эндшпиля: реализация большого материального преимущества. Основы анализа шахматной партии. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Шахматный турнир. Шахматный праздник.

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.

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 всплытие, 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.

Шахматы

Из истории возникновения соревнований по шахматам. Системы проведения шахматных соревнований. Матование одинокого короля разными фигурами (повторение). Тактические комбинации и приёмы «связка», «сквозной удар», «двойной удар», «ловля фигуры» (повторение). Тактические комбинации и приёмы «двойной шах», «открытый шах» (повторение). Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «завлечение». Тактический приём «отвлечение». Тактический приём «уничтожение защиты». Тактический приём «спёртый мат». Сочетание тактических приёмов. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Борьба за инициативу. Основы дебюта: атака на не-рокировавшегося короля. Атака на рокировавшегося короля. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Шахматный турнир. Основы анализа шахматной партии: выбери ход и найди план. Основы пешечного эндшпиля: проходная пешка, правило квадрата. Основы пешечного эндшпиля: крайняя пешка, «отталкивание плечом». Основы пешечного эндшпиля: оппозиция и ключевые поля. Основы пешечного эндшпиля: король с пешкой против короля с пешкой. Основы пешечного эндшпиля: король против пешек, правило блуждающего квадрата. Теоретические позиции пешечного эндшпиля: ферзь против пешки. Шахматный турнир. Шахматный праздник.

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.

Шахматы

История появления шахмат на Руси. Зарождение шахматной культуры в России.

Основные принципы игры в дебюте. Перевес в развитии фигур. Атака на короля. Перевес в пространстве. Оценка позиции. План игры. Выбор хода. Открытые дебюты.

Полуоткрытые дебюты. Закрытые дебюты. Гамбиты. Тактический приём «мельница».

Тактический приём «перекрытие». Тактический приём «рентген». Конкурс решения

позиций: как бы вы сыграли? Анализ шахматной партии: выбери ход. Шахматный

турнир. Простейшие ладейные энд-шпили: ладья с пешкой и королём против ладьи короля. Простейшие легко фигурные окончания: мат двумя слонами одиночному королю.

Простейшие легко фигурные окончания: мат конём и слоном одиночному королю. Конкурс

решения позиций: как бы вы сыграли? Роль шахмат в жизни человека. Как стать сильным шахматистом. Шахматный турнир. Шахматный праздник.

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, 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 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, развитию 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;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- 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;
- 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 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, 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 приросты в их показателях.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС**

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практичес кие работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	1	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/326602/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/
1.2	Осанка человека	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start

					/189523\ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
2.2	Лыжная подготовка	2	2	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/
2.3	Легкая атлетика	18	1	17	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
2.4	Подвижные и спортивные игры	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/5749/start/189745/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/
2.5	Модуль "Шахматы"	8	1	7	Презентация

2.6		0	0	0	
2.7		0	0	0	
Итого по разделу		60			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	0	0	0	Поле для свободного ввода
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	9	57	

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	4	1	3	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/
Итого по разделу		4			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
2.2	Физические качества и их измерение	2	0	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
2.3		0	0	0	
Итого по разделу		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/
1.3	Осанка человека.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/

Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	1	13	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/
2.2	Лыжная подготовка	2	2	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488/start/223955/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/
2.3	Легкая атлетика	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/
2.4	Подвижные игры	18	1	17	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/

					https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/41https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/23/start/326480/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
2.5	Модуль "Шахматы"	8	1	7	Презентация
Итого по разделу		58			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	0	0	0	Поле для свободного ввода
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	9	59	

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	1	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	1	Презентация, показ.
2.3	Физическая нагрузка	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/start/192919/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226288/
2.4	Дозировка физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/start/192919/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226288/
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/1

					90575/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/start/192861/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/start/261316/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7454/start/263104/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/start/78254/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/279066/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/
2.2	Легкая атлетика	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
2.3	Лыжная подготовка	2	2	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/start/1

					97374/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/start/193564/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/
2.4	Плавательная подготовка	2	2	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5135/start/194459/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6432/start/194549/
2.5	Подвижные и спортивные игры	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/start/278935/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/start/224286/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/
2.6	Модуль "Шахматы"	8	1	7	Презентация
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	10	58	

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	1	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	1	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7132/start/261738/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7438/start/263294/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/start/314149/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/start/261676/
1.2	Закаливание организма	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/start/279146/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16	1	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/195338/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6215/start/195364/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/

					https://resh.edu.ru/subject/lesson/4617/start/195482/
2.2	Легкая атлетика	15	0	15	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/
2.3	Льжная подготовка	2	2	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/
2.4	Плавательная подготовка	2	2	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4634/start/279172/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6433/start/196766/
2.5	Подвижные и спортивные игры	16	0	16	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/start/195311/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/start/195918/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5172/start/196022/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3644/start/196102/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6227/start/225342/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5173/start/225142/
2.6	Модуль "Шахматы"	8	1	7	Презентация
2.7		0	0	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	10	58	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изуч ения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практи ческие работы		
1.	1. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья. Техника безопасности на уроках физической культуры.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/326602/
	2. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.					
2.	3. Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/
	4. Строевые упражнения и команды на уроках физической культуры					
3.	5. Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба под счет. Обычный бег. Игра «Два мороза».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/3

	6. Прыжки на 1 и 2 ногах на месте и с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. Игра «Кузнечики».					26399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
4.	7. Прыжок в длину с места. Эстафеты. Норматив ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
	8. Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега. Нормативы ГТО.					
5.	9. Техника высокого старта. Понятие стартового ускорения. Игра «Кузнечики».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
	10. Челночный бег 3*10 Упражнения для развития скоростно-координационных качеств.					
6.	11. Бег 30 м. Норматив ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
	12. Метание малого мяча в цель. Подготовка к нормативам ГТО. Игра «Попади в мяч».					

7.	13. Метание малого мяча на дальность. Упражнения для развития силовых и координационных способностей.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
	14. Спрыгивания и запрыгивания. Прыжки со скакалкой. Норматив ГТО. Игра «Прыжок за прыжком».					
8.	15. Подвижные игры «Салки», «Два мороза».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
	16. Эстафеты.					
9.	17. Игры: «Передал- садись», «Передал- садись».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
	18. Игры: «Класс, смирно!», «Октябрята». Развитие скоростно-силовых способностей.					
19.	Режим дня школьника	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
20.	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Основная стойка. Построение в колонну, шеренгу, в круг	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/
21.	Гимнастика с основами акробатики. Группировка. Перекаты в группировке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/1

						89584/
22.	Гимнастика с основами акробатики. Стойка на лопатках, мост.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
23.	Гимнастика с основами акробатики. Кувырок вперед. Игра «Обезьянки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
24.	Гимнастика с основами акробатики. Подъем туловища за 30 сек. Кувырок вперед.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
25.	Гимнастика с основами акробатики. Вис на гимнастической стенке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/

						https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
26.	Личная гигиена и гигиенические процедуры.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
27.	Гимнастика с основами акробатики. Лазание по гимнастической стенке и наклонной скамейке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
28.	Гимнастика с основами акробатики. Лазание по канату в три приема.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
29.	Гимнастика с основами акробатики. Наклон вперед из положения стоя. Полоса препятствий.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/

						26440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
30.	Гимнастика с основами акробатики. Упражнения для развития равновесия.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
31.	Гимнастика с основами акробатики. Лазание по гимнастической стенке и наклонной скамейке. Игра «Ниточка и иголочка».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
32.	Подвижные игры.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
33.	Осанка человека.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
34.	Спортивные игры. Техника безопасности на уроках спортивных игр.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/

					https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
35.	Спортивные игры. Броски и ловля волейбольного мяча.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
36.	Спортивные игры. Броски и ловля мяча через сетку.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
37.	Спортивные игры. Броски мяча одной рукой через сетку.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
38.	Спортивные игры. Броски мяча одной рукой через сетку.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/

						26399\ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
39.	Спортивные игры. Ведение мяча на месте, в движении. Игра «Мяч в обруч».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399\ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
40.	Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника.	1	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/
41.	Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).	1	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/
42.	Спортивные игры. Ведение мяча с обводкой стоек.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399\ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
43.	Спортивные игры. Броски и ловля баскетбольного мяча.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399\ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/

						69123/
44.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
45.	Игры для развития силовых и координационных способностей.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
46.	Игры: «Передал- садись», «Передал- садись».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
47.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
48.	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Игра «Два мороза».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/

						https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
49.	Эстафеты с бегом прыжками и метанием.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
50.	Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. Игра «Салки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
51.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Игра «Два мороза».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
52.	Челночный бег 3*10 Упражнения для развития скоростно-координационных качеств.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/

						69062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
53.	Бег 30 м. Норматив ГТО. Игра «Кузнечики».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
54.	Кросс по слабопересеченной местности до 1 км. Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
55.	Прыжок в длину с места. Норматив ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399 https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
56.	Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на 2	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/

	ног. Нормативы ГТО. Игра «Кузнечики».					https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
57.	Метание малого мяча на дальность. Упражнения для развития силовых и координационных способностей.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
58.	Метание малого мяча на дальность. Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
59.	История возникновения шахмат. Основные содержательные линии. Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры	1	1	0		Презентация
60.	Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, начальная позиция фигур, шахматная нотация, ценность фигур, нападение, взятие.	1	0	1		Презентация

61.	Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, шах и защита от шаха, мат, пат.	1	0	1		Презентация
62.	Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, рокировка, взятие на проходе, превращение пешки.	1	0	1		Презентация
63.	Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, начальная позиция фигур, матование одинокого короля различными фигурами.	1	0	1		Презентация
64.	Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, начало шахматной партии, материальное преимущество.	1	0	1		Презентация
65.	Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, правила шахматного этикета, дебютные ошибки.	1	0	1		Презентация
66.	Шахматный турнир.	1	0	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	6	60		

2 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	История возникновения физических упражнений.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
2	История возникновения первых соревнований. Строевые упражнения и команды	1	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/
3	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
4	Строевые упражнения и команды . Игра «Светофор».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
5	Правила ТБ при занятиях лёгкой атлетикой на уроках физической культурой. Сочетание различных видов ходьбы. Челночный бег (3x10 м). Высокий старт. Игра «Пятнашки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/
6	Бег с ускорением (30 м). Подготовка к нормативам ГТО. Специально-беговые упражнения. Игра «Вызов номеров».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/
7	Специально-беговые упражнения. Бег с ускорением (30 м). Игра «Рыбаки и рыбки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/
8	Чередование ходьбы и бега (бег- 60м, ходьба-90 м). Игра «Пятнашки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/

9	Равномерный медленный бег. Игра «Команда быстроногих».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/
10	Прыжки с поворотом на 180 градусов. Игра «К своим флажкам».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
11	Прыжок в длину с места. Нормативы ГТО. Игра «К своим флажкам».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
12	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов. Игра «Волк во рву».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
13	Прыжок с высоты (до 40 см). Игра «Удочка».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
14	Зарождение Олимпийских игр древности.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/
15	Игры «Прыгуны и пятнашки», «Гуси-лебеди». Измерение длины и массы тела.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
16	Игры «Гуси-лебеди», «Невод».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
17	Игры: «Вызов номеров», «Веревочка под ногами».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
18	Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
19	Физическая культура у древних народов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/326602/
20	Измерение длины и массы тела.	1	0	1		Презентация.
21	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики. Группировка.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/

	Перекааты в группировке, лежа на животе.					
22	Сед руки в стороны. Упор присев- упор лежа- упор присев. Игра «Космонавты».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/
23	Упор присев - упор лежа - упор присев. Стойка на лопатках. Игра «Фигуры».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/
24	Кувырок вперед и в сторону. Стойка на лопатках. ОРУ без предметов. Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/
25	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов. Игра «Космонавты».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/
26	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов. Стойка на двух ногах и одной на бревне. Игра «Кто приходил?»	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/
27	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук. Игра «Парашютисты».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/
28	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла. Перелазание через коня, бревно. Игра «Обезьянки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/
29	Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, гибкость, прыгучесть, равновесие.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/224765/

30	Гимнастическая полоса препятствий. Перелазание через коня, бревно. Подтягивание в висе на высокой перекладине. Нормативы ГТО. Игра «Обезьянки»	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
31	Игры: «Вызов номеров», «Веревочка под ногами».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
32	Игры: «Птицы в клетке», «Салки на одной ноге».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
33	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/
34	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/
35	Техника безопасности во время П.И. Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
36	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
37	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7448/start/262824/
38	Игры: «Вызов номеров», «Веревочка под ногами».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
39	Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
40	Игры с мячами: «Попади в цель», «Передал-садись».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/

41	Ловля и передача мяча в движении. Броски мяча в цель (мишень ,щит, кольцо) Игра «Передача мячей в колоннах».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
42	Броски мяча в цель. Игра: «Мяч соседу».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/
43	Закаливание организма.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
44	Ведение мяча на месте правой (левой).	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
45	Равномерный медленный бег до 2 мин. Ловля и передача мяча в движении. Игра «Передача мяча в колоннах».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/
46	Бег с ускорением (30 м). Подготовка к нормативам ГТО. Игра «Вызов номеров».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/
47	Равномерный медленный бег до 4 мин. Игра «Салки». Профилактика утомления.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/
48	Смешанное передвижение 1 км. Нормативы ГТО. Игра «Футбол».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/

49	Утренняя зарядка Составление комплекса утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
50	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/
51	Метания малого мяча на дальность. Нормативы ГТО. Игра «Кто дальше бросит».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/
52	Игры с бегом на местности.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/start/92240/
53	Эстафеты с бегом на местности.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3628/start/92240/
54	Осанка человека.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
55	Спортивная игра футбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/start/224007/
56	Спортивная игра футбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/start/224033/
57	Строевые команды и упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
58	Строевые команды и упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
59	Метание набивного мяча. Игра «Защита укрепления».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/

60	Игры с мячами: «Попади в цель», «Передал-садись».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
61	Из истории шахмат. Чемпионы мира по шахматам и выдающиеся шахматисты мира. Шахматные фигуры (повторение). Нападение в шахматной партии.	1	1	0		Презентация
62	Шах и защита от него. Рокировка (повторение). Мат. Пат. Мат одинокому королю королём и ладьёй. Мат в один ход (повторение).	1	0	1		Презентация
63	Защита в шахматной партии: уход из-под нападения, уничтожение атакующей фигуры, защита фигуры. Защита в шахматной партии: перекрытие, контр нападение.	1	0	1		Презентация
64	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «двойной удар», «связка».	1	0	1		Презентация
65	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «ловля фигуры». Тактический приём «сквозной удар». Мат на последней горизонтали.	1	0	1		Презентация
66	Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли? Тактический приём «открытый шах». Тактический приём «двойной шах».	1	0	1		Презентация
67	Основы игры в дебюте: дебютные ловушки, атака на короля. Основы эндшпиля: реализация большого материального преимущества.	1	0	1		Презентация

68	Шахматный турнир.	1	0	1		Презентация
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	62		

3 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контро льные работы	Практич еские работы		
1	История развития физической культуры у древних народов.	1	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
2	История появления современного спорта	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
3	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
4	Строевые упражнения и команды . Игра «Светофор».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
5	ТБ и страховка во время занятий легкой атлетикой.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/
6	Чередование ходьбы и бега (бег- 60 м, ходьба-90 м). Специально-беговые упражнения. Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
7	Бег на скорость 30 м. Понятие «старт», «финиш». Игра «Команда быстроногих». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
8	Челночный бег(3x10м). Специально-беговые	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/44

	упражнения. Подготовка к нормативам ГТО.					58/start/226581/
9	Прыжок в длину с места. Специально-беговые упражнения. Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
10	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов. Игра «Волк во рву».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/
11	Метания в цель с 4-5 м. Игра «Попади в мяч». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
12	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит». Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
13	Встречная эстафета. Игра «Перебежка с вырубкой». Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/
14	Игры: «Наступление», «Метко в цель». Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
15	Игры: «Защита укреплений», «Кто обгонит».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
16	Игры «Гуси-лебеди», «Невод».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
17	Игры: «Вызов номеров», «Веревочка под ногами».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/

18	Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
19	Виды физических упражнений.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/
20	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики. Выполнение команд «Шире шаг!». «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Игра «Западня».	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/279066/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/
21	Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Игра «Что изменилось?».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
22	Кувырок вперед, назад в упор присев. 2-3 кувырка вперед. Игра «Запрещенное Одвижение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/start/78254/
23	Стойка на лопатках, согнув ноги перекат вперед в упор присев, мост. Игра «Светофор».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/start/78254/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
24	Измерение пульса на уроках физической культуры.	1	0	1		Презентация, показ.
25	Упражнения на гимнастической перекладине, висы. ОРУ с предметами.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
26	Лазание по наклонной скамейке в упор присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Резиночка».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/

27	Гимнастика с основами акробатики. Лазание по канату в три приема.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
28	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/
29	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла. Игра «Обезьянки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/
30	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/start/78254/
31	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
32	Переноска партнера в парах. Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7457/start/263166/
33	Физическая нагрузка.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/
34	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/start/197374/
35	Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/
36	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте, в движении, шагом и бегом. Игра: «Гонка мячей по кругу».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/ https://resh.edu.ru/subject/9/3/
37	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра: «Перестрелка».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/ https://resh.edu.ru/subject/9/3/
38	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/61

	передача мяча двумя руками.					82/start/193670/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/
39	Игра в мини-баскетбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/
40	Правила поведения в бассейне. Разучивание специальных плавательных упражнений.	1	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5135/start/194459/
41	Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас.	1	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6432/start/194549/
42	Дозировка физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226288/
43	Передача мяча подброшенного над собой и партнером, во время перемещения по сигналу- передача мяча.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/
44	Подводящие упражнения из игры волейбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/
45	Передачи с набрасыванием партнера через сетку. Игра «Передал- садись».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/start/194126/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/61

						66/start/194126/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/
46	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
47	Подводящие упражнения из игры футбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/ https://resh.edu.ru/subject/9/3/
48	Игра мини-футбол.		0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/ https://resh.edu.ru/subject/9/3/
49	Встречная эстафета. Эстафеты с бегом на скорость	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/ https://resh.edu.ru/subject/9/3/
50	Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Игра «Зайцы в огороде». Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/
51	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
52	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Игра «Передал - садись»,	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
53	Закаливание организма под душем.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/44

						27/start/192861/
54	Бег на скорость 30 м. Понятие «старт», «финиш». Игра «Команда быстроногих». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
55	Челночный бег(3x10м). Специально-беговые упражнения. Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
56	Прыжок в длину с места. Специально-беговые упражнения. Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
57	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов. Игра «Волк во рву».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
58	Дыхательная и зрительная гимнастика.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/start/261316/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7454/start/263104/
59	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Игра «Кто дальше бросит». Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
60	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
61	Из истории возникновения соревнований по шахматам. Системы проведения шахмат-ных соревнований.	1	1	1		Презентация
62	Матование одинокого короля разными фигурами	1	0	1		Презентация

	(повторение). Тактические комбинации и приёмы «связка», «сквозной удар», «двойной удар», «ловля фигуры» (повторение).					
63	Тактические комбинации и приёмы «двойной шах», «открытый шах» (повторение). Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?	1	0	1		Презентация
64	Тактический приём «завлечение». «отвлечение», «уничтожение защиты». «спёртый мат».	1	0	1		Презентация
65	Основы дебюта: атака на не-рокировавшегося короля. Атака на рокировавшегося короля. Конкурс решения позиций:	1	0	1		Презентация
66	Основы анализа шахматной партии: выбери ход и найди план. Основы пешечного эндшпиля: проходная пешка, правило квадрата. Основы пешечного эндшпиля: крайняя пешка, «отталкивание плечом». Основы пешечного эндшпиля: оппозиция и ключевые поля.	1	0	1		Презентация
67	Основы пешечного эндшпиля: король с пешкой против короля с пешкой. Основы пешечного эндшпиля: король против пешек, правило блуждающего квадрата. Теоретические позиции пешечного эндшпиля: ферзь против пешки.	1	0	1		Презентация
68	Шахматный турнир.	1	0	1		Презентация
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	7	61		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
3	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
4	Правила ТБ на занятиях легкой атлетикой. Чередование ходьбы и бега (бег- 60 м, ходьба-90 м). Специально-беговые упражнения. Игра «Белые медведи». Подготовка к нормативам ГТО	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
5	Бег на скорость 30 м. Понятие «старт», «финиш». Игра «Команда быстроногих». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
6	Челночный бег(3x10) м. Игра «Салки». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
7	Прыжок с высоты 60 см. Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Игра «Лиса и куры». Подготовка к нормативам ГТО	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ Презентация
8	Прыжок в длину с места. Специально-беговые упражнения. Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
9	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/

	Игра «Волк во рву».					art/195097/
10	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ Презентация https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/
11	Метания в цель с 4-5 м. Игра «Попади в мяч». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
12	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
13	Эстафеты с бегом на местности. Специально-беговые упражнения.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/
14	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7132/start/261738/
15	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
16	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/

17	Эстафеты с бегом на скорость.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
18	Встречная эстафета.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/start/226553/
19	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7438/start/263294/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/start/314149/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/start/261676/
20	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
21	Кувырок вперед, назад в упор присев. 2-3 кувырка вперед. Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
22	Стойка на лопатках, согнув ноги пережат вперед в упор присев. Игра «Светофор».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
23	Прыжки на скакалке на 1 и 2 ногах. Прыжки группами на длинной скакалке. Игра «Резиночки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/
24	Лазание по наклонной скамейке в упор присев, в упор лежа, подтягиваясь руками.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/

	Игра «Резиночка».					
25	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
26	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
27	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
28	Гимнастическая полоса препятствий. Игра «Фигуры».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
29	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
30	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
31	Игры: «Волк во рву», «Через кочки и пенечки».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
32	Игры: «К своим флажкам», «Пустое место».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
33	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
34	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/

						https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/
35	Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/
36	Ведение мяча правой (левой) рукой на месте, в движении, шагом и бегом. Игра «Гонка мячей по кругу».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/
37	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Игра «Обгони мяч». Комплексы упражнений для утренней зарядки, физкультминуток.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6224/start/196049/
38	Игра в мини - баскетбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/start/195970/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6224/start/196049/
39	Передачи мяча в парах через сетку. Игра «Пионербол».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/start/225084/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6015/start/225200/

40	Упражнения из игры волейбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4631/start/225084/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6015/start/225200/
41	Упражнения из игры футбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5174/start/225225/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6227/start/225342/
42	Ведение мяча с ускорением по кругу, между стоек. Игра в мини- футбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6227/start/225342/ /
43	Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4634/start/279172/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6433/start/196766/
44	Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.	1	1	0		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4634/start/279172/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/6433/start/196766/
45	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/
46	Строевые упражнения и команды . Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
47	Строевые упражнения и команды	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
48	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/

49	Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/
50	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/7438/start/263294/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7446/start/314149/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/start/261676/
51	Встречная эстафета. Игра «Перебежка с выручкой».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
52	Игры: «Наступление», «Метко в цель». Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/
53	Закаливание организма.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/start/279146/
54	Бег на скорость 30 м. Понятие «старт», «финиш». Игра «Команда быстроногих». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
55	Челночный бег(3x10) м. Игра «Салки». Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
56	Прыжок с высоты 60 см. Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Игра «Лиса и куры». Подготовка к нормативам ГТО	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/
57	Прыжок в длину с места. Специально-беговые упражнения. Нормативы ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
58	Прыжок в длину с разбега в 7-9 шагов. Игра «Волк во рву».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/

59	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Подготовка к нормативам ГТО.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
60	Строевые упражнения и команды .Игра «Запрещенное движение».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
61	История появления шахмат на Руси. Зарождение шахматной культуры в России. Основные принципы игры в дебюте.	1	1	0		Презентация
62	Перевес в развитии фигур. Атака на короля. Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?	1	0	1		Презентация
63	Перевес в пространстве. Оценка позиции. План игры. Выбор хода.	1	0	1		Презентация
64	Открытые дебюты. Полуоткрытые дебюты. Закрытые дебюты. Тактический приём «мельница».	1	0	1		Презентация
65	Гамбиты. Тактический приём «перекрытие». Тактический приём «рентген». Конкурс решения позиций: как бы вы сыграли?	1	0	1		Презентация
66	Простейшие ладейные энд-шпили: ладья с пешкой и королём против ладьи и короля.	1	0	1		Презентация
67	Простейшие легко фигурные окончания: мат двумя слона-ми одинокому королю. Простейшие легко фигурные окончания: мат конём и слоном одинокому королю.	1	0	1		Презентация
68	Роль шахмат в жизни человека. Как стать сильным шахматистом. Шахматный турнир.	1	0	1		Презентация

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	7	61	
-------------------------------------	----	---	----	--

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Учебник « Физическая культура» 1 класс. А.П. Матвеев, Москва «Просвещение»,2023год.
2. Учебник « Физическая культура» 1-4 класс, В.И. Лях ,Москва « Просвещение»2020год.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Федеральная образовательная программа начального общего образования по предмету « Физическая культура».
2. « Настольная книга учителя физической культуры», автор Г.И. Погадаев, Москва, Физкультура и спорт, 2011 год.
3. «Готовимся к выполнению нормативов ГТО». 1-11 классы. Учебно-методическое пособие. Автор Г.И. Погадаев. М.; Дрофа , 2016г.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu>.

Образовательные Интернет – ресурсы.

Интернет-ресурсы по физической культуре

- http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры
- <http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- <http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
- <http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
- <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль пед.идей «Открытый урок»
- <http://sportlaws.infosport.ru>

