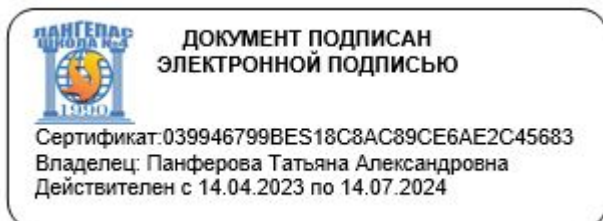


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ХМАО-ЮГРЫ
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ Г.ЛАНГЕПАСА
ЛАНГЕПАССКОЕ ГОРОДСКОЕ МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 4»**



УТВЕРЖДЕНО:
Директор ЛГ МАОУ «СОШ № 4»
Т.А.Панферова
Приказ от 31.08.2023 г. № 135у.

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 1070175)**

**учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 1 – 4 классов
с тяжелым нарушением речи (вариант 5.1)**

г.Лангепас, 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Адаптивная физическая культура» на уровне начального общего образования составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1598 (редакция от 08.11.2022 г.) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», с федеральной адаптированной образовательной программой начального общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1023, а также программы воспитания ЛГ МАОУ «СОШ №4», ориентированной на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся.

Рабочая программа по предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с ТНР (вариант 5.1) разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ к ее структуре, условиям реализации и результатам освоения. Вариант 5.1 предполагает, что обучающийся получает образование, полностью соответствующее по итоговым достижениям к моменту завершения обучения образованию обучающихся, не имеющих ограничений по возможностям здоровья, в те же сроки обучения (1 - 4 классы).

Вариант 5.1 предназначается для обучающихся с фонетико-фонематическим или фонетическим недоразвитием речи (дислалия; легкая степень выраженности дизартрии, заикания; ринолалия), обучающихся с общим недоразвитием речи III - IV уровней речевого развития различного генеза (например, при минимальных дизартрических расстройствах, ринолалии и т.п.), у которых имеются нарушения всех компонентов языка; для обучающихся с нарушениями чтения и письма.

Адаптация АООП НОО предполагает введение четко ориентированных на удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с ТНР коррекционных мероприятий и требований к результатам освоения обучающимися программы коррекционной работы. Обязательными условиями реализации АООП НОО обучающихся с ТНР являются логопедическое сопровождение обучающихся, согласованная работа учителя-логопеда с учителем начальных классов с учетом особых образовательных потребностей обучающихся.

Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с ТНР

У детей с фонетико-фонематическим и фонетическим недоразвитием речи наблюдается нарушение процесса формирования произносительной системы родного языка вследствие дефектов восприятия и произношения фонем. Отмечается незаконченность процессов формирования

артикулирования и восприятия звуков, отличающихся тонкими акустико-артикуляторными признаками. Несформированность произношения звуков крайне вариативна и может быть выражена в различных вариантах: отсутствие, замены (как правило, звуками простыми по артикуляции), смешение, искаженное произнесение (не соответствующее нормам звуковой системы родного языка).

Определяющим признаком фонематического недоразвития является пониженная способность к дифференциации звуков, обеспечивающая восприятие фонемного состава родного языка, что негативно влияет на овладение звуковым анализом.

Фонетическое недоразвитие речи характеризуется нарушением формирования фонетической стороны речи либо в комплексе (что проявляется одновременно в искажении звуков, звукослоговой структуры слова, в просодических нарушениях), либо нарушением формирования отдельных компонентов фонетического строя речи (например, только звукопроизношения или звукопроизношения и звукослоговой структуры слова). Такие обучающиеся хуже чем их сверстники запоминают речевой материал, с большим количеством ошибок выполняют задания, связанные с активной речевой деятельностью.

Обучающиеся с нерезко выраженным общим недоразвитием речи характеризуются остаточными явлениями недоразвития лексико-грамматических и фонетико-фонематических компонентов языковой системы. У таких обучающихся не отмечается выраженных нарушений звукопроизношения. Нарушения звукослоговой структуры слова проявляются в различных вариантах искажения его звуконаполняемости как на уровне отдельного слога, так и слова. Наряду с этим отмечается недостаточная внятность, выразительность речи, нечеткая дикция, создающие впечатление общей смазанности речи, смешение звуков, свидетельствующее о низком уровне сформированности дифференцированного восприятия фонем и являющееся важным показателем незакончившегося процесса фонемообразования.

У обучающихся обнаруживаются отдельные нарушения смысловой стороны речи. Несмотря на разнообразный предметный словарь, в нем отсутствуют слова, обозначающие названия некоторых животных, растений, профессий людей, частей тела. Обучающиеся склонны использовать типовые и сходные названия, лишь приблизительно передающие оригинальное значение слова. Лексические ошибки проявляются в замене слов, близких по ситуации, по значению, в смешении признаков. Выявляются трудности передачи обучающимися системных связей и отношений, существующих внутри лексических групп. Обучающиеся плохо справляются с установлением синонимических и антонимических отношений, особенно на материале слов с абстрактным значением.

Недостаточность лексического строя речи проявляется в специфических словообразовательных ошибках. Правильно образуя слова, наиболее употребляемые в речевой практике, они по-прежнему затрудняются в продуцировании более редких, менее частотных вариантов. Недоразвитие словообразовательных процессов, проявляющееся преимущественно в нарушении использования непродуктивных словообразовательных аффиксов, препятствует своевременному формированию навыков группировки однокоренных слов, подбора родственных слов и анализа их состава, что впоследствии сказывается на качестве овладения программой по русскому языку.

Недостаточный уровень сформированности лексических средств языка особенно ярко проявляется в понимании и употреблении фраз, пословиц с переносным значением.

В грамматическом оформлении речи часто встречаются ошибки в употреблении грамматических форм слова.

Особую сложность для обучающихся представляют конструкции с придаточными предложениями, что выражается в пропуске, замене союзов, инверсии.

Лексико-грамматические средства языка у обучающихся сформированы неодинаково. С одной стороны, может отмечаться незначительное количество ошибок, которые носят непостоянный характер и сочетаются с возможностью осуществления верного выбора при сравнении правильного и неправильного ответов, с другой – устойчивый характер ошибок, особенно в самостоятельной речи.

Отличительной особенностью является своеобразие связной речи, характеризующееся нарушениями логической последовательности, застреванием на второстепенных деталях, пропусками главных событий, повторами отдельных эпизодов при составлении рассказа на заданную тему, по картинке, по серии сюжетных картин. При рассказывании о событиях из своей жизни, составлении рассказов на свободную тему с элементами творчества используются, в основном, простые малоинформативные предложения.

Наряду с расстройствами устной речи у обучающихся отмечаются разнообразные нарушения чтения и письма, проявляющиеся в стойких, повторяющихся, специфических ошибках при чтении и на письме, механизм возникновения которых обусловлен недостаточной сформированностью базовых высших психических функций, обеспечивающих процессы чтения и письма в норме.

Общей целью изучения предмета «Адаптивная физическая культура» является укрепление здоровья обучающихся с НОДА, формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.

Задачи:

1. Коррекция нарушений физического развития.
2. Формирование двигательных умений и навыков.
3. Развитие двигательных способностей в процессе обучения.
4. Укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки.
5. Раскрытие возможных избирательных способностей и интересов ребенка для освоения доступных видов спортивно-физкультурной деятельности.
6. Формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений.
7. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.
8. Поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
9. Формирование познавательных интересов, сообщение доступных теоретических сведений по физической культуре.
10. Воспитание устойчивого интереса к занятиям физическими упражнениями.
11. Воспитание нравственных, морально-волевых качеств (настойчивости, смелости), навыков культурного поведения

Коррекционные задачи:

- познакомить с правилами подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных игр, учить соблюдать их;
- формировать представления о значении физической культуры в укреплении собственного здоровья;
- формировать навыки выполнения основных видов движения (ходьба, бег, перекаты, лазанье, прыжки, метание) в процессе выполнения гимнастических упражнений, по легкой атлетике, коррекционно-развивающих упражнений и игр;
- учить имитировать движения спортсменов;
- формировать потребность организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.).

Коррекция недостатков психического и физического развития с учетом возрастных особенностей обучающихся, предусматривает:

- обогащение чувственного опыта;
- коррекцию и развитие сенсомоторной сферы;
- формирование навыков общения, предметно-практической и познавательной деятельности.

Очевидно, что ни одна из перечисленных задач не может быть решена отдельно от остальных. Решение каждой из задач возможно только в комплексе. Приведенные выше задачи определяют место физической культуры

не только в учебном плане, но и в организации жизнедеятельности школьников, так как непосредственно связаны с сохранением и укреплением их здоровья и развитием возможностей систем организма ребенка, как наиболее важной составляющей процесса образования учащихся с ЗПР. Спектр столь широко обозначенных задач, несомненно, может быть решен только всей совокупностью урочной и внеурочной деятельности, приобретением опыта социального взаимодействия в процессе проведения массовых спортивных событий, а также участием ребенка в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме учебного дня.

В программу включены следующие разделы: знания о физической культуре, гимнастика, легкая атлетика, подвижные игры. Часы занятий, предусмотренные программой на данный вид распределены между ранее указанными разделами программы.

Обязательным в программе является перечень знаний, умений, которыми должен овладеть учащийся на уроках физической культуры.

Основной формой занятий по физической культуре в школе является урок, состоящий из четырех основных частей: вводной, подготовительной, основной, заключительной.

На изучение предмета «Адаптивная физическая культура» в 1-4 классах отводится:

1 класс – 66 часов в год, 2 часа в неделю; 2 класс – 68 часов в год, 2 часа в неделю; 3 класс – 68 часа в год, 2 часа в неделю; 4 класс – 68 часа в год, 2 часа в неделю.

Количество часов, отводимых на изучение учебного предмета может корректироваться в рамках предметной области «Физическая культура» с учётом психофизических особенностей обучающихся.

Особые образовательные потребности обучающихся с ТНР, осваивающих ФАОП НОО (вариант 5.1)

К особым образовательным потребностям, характерным для обучающихся с ТНР относятся:

- выявление в максимально раннем периоде обучения детей группы риска (совместно со специалистами медицинского профиля) и назначение логопедической помощи на этапе обнаружения первых признаков отклонения речевого развития;

- организация логопедической коррекции в соответствии с выявленным нарушением перед началом обучения в школе; преемственность содержания и методов дошкольного и школьного образования и воспитания, ориентированных на нормализацию или полное преодоление отклонений речевого и личностного развития;

- получение начального общего образования в условиях образовательных организаций общего или специального типа, адекватного образовательным потребностям обучающегося и степени выраженности его речевого недоразвития;

- обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого как через содержание предметных и коррекционно-развивающей областей и специальных курсов, так и в процессе индивидуальной/подгрупповой логопедической работы;

- создание условий, нормализующих/компенсирующих состояние высших психических функций, анализаторной, аналитико-синтетической и регуляторной деятельности на основе обеспечения комплексного подхода при изучении обучающихся с речевыми нарушениями и коррекции этих нарушений;

- координация педагогических, психологических и медицинских средств воздействия в процессе комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения;

- получение комплекса медицинских услуг, способствующих устранению или минимизации первичного дефекта, нормализации моторной сферы, состояния высшей нервной деятельности, соматического здоровья;

- возможность адаптации основной общеобразовательной программы при изучении содержания учебных предметов по всем предметным областям с учетом необходимости коррекции речевых нарушений и оптимизации коммуникативных навыков учащихся;

- гибкое варьирование организации процесса обучения путем расширения/сокращения содержания отдельных предметных областей, изменения количества учебных часов и использования соответствующих методик и технологий;

- индивидуальный темп обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий обучающихся с ТНР;

- постоянный (пошаговый) мониторинг результативности образования и сформированности социальной компетенции обучающихся, уровня и динамики развития речевых процессов, исходя из механизма речевого дефекта;

- применение специальных методов, приемов и средств обучения, в том числе специализированных компьютерных технологий, дидактических пособий, визуальных средств, обеспечивающих реализацию «обходных путей» коррекционного воздействия на речевые процессы, повышающих контроль за устной и письменной речью;

- возможность обучаться на дому и/или дистанционно при наличии медицинских показаний;

- профилактика и коррекция социокультурной и школьной дезадаптации путем максимального расширения образовательного пространства, увеличения социальных контактов; обучения умению выбирать и применять адекватные коммуникативные стратегии и тактики;

- психолого-педагогическое сопровождение семьи с целью ее активного включения в коррекционно-развивающую работу с ребенком; организация партнерских отношений с родителями.

Оценка достижения обучающимися с ТНР планируемых результатов освоения программы коррекционной работы

Предметом оценки достижения обучающимися с ТНР планируемых результатов освоения программы коррекционной работы является достижение уровня речевого развития, оптимального для обучающегося при реализации вариативных форм логопедического воздействия (подгрупповые, индивидуальные логопедические занятия) с сохранением базового объема знаний и умений в области общеобразовательной подготовки.

Планируемые результаты освоения программы по физической культуре

Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ведущее место отводит личностным результатам, которые включают индивидуально-личностные качества, жизненные и социальные компетенции обучающегося и ценностные установки. Достижение личностных результатов обеспечивается содержанием отдельных учебных предметов и внеурочной деятельности; овладением доступными видами деятельности; опытом социального взаимодействия. В п. 4.2. Стандарта дан перечень *личностных результатов*:

1. осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
2. воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
3. сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
4. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
5. овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;
6. владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
7. способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

8. принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
9. сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
10. воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
11. развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
12. сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
13. проявление готовности к самостоятельной жизни.

Что касается предметных результатов, то они связаны с овладением обучающимися содержанием каждой предметной области и характеризуют их достижения в усвоении знаний и умений, возможности их применения в практической деятельности и жизни. Предметные результаты освоения АООП по предмету физическая культура должны отражать:

1. овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
2. первоначальные представления о значении физической культуры для физического развития, повышения работоспособности;
3. вовлечение в систематические занятия физической культурой и доступными видами спорта;
4. умения оценивать свое физическое состояние, величину физических нагрузок.

Определены уровни предметных результатов, которые являются обязательными для всех учебных предметов: минимальный и достаточный. Минимальный уровень является обязательным для всех обучающихся, достаточный – нет.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
 - допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
 - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
 - формулировать собственное мнение и позицию;
 - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
 - задавать вопросы;
 - контролировать действия партнёра;
 - использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и

местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
 - выполнять организующие строевые команды и приёмы;
 - выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма).

Содержание учебного предмета

Содержание программы отражено в пяти разделах: «Знания о физической культуре», «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Лыжная и конькобежная подготовка», «Игры». Каждый из перечисленных разделов включает некоторые теоретические сведения и материал для практической подготовки обучающихся.

Программой предусмотрены следующие *виды работы*:

- беседы о содержании и значении физических упражнений для повышения качества здоровья и коррекции нарушенных функций;
- выполнение физических упражнений на основе показа учителя;
- выполнение физических упражнений без зрительного сопровождения, под словесную инструкцию учителя;
- самостоятельное выполнение упражнений;
- занятия в тренирующем режиме;
- развитие двигательных качеств на программном материале гимнастики, легкой атлетики, формирование двигательных умений и навыков в процессе подвижных игр.

Знания о физической культуре

Чистота одежды и обуви. Правила утренней гигиены и их значение для человека. Правила поведения на уроках физической культуры (техника безопасности). Чистота зала, снарядов. Значение физических упражнений для

здоровья человека. Формирование понятий: опрятность, аккуратность. Физическая нагрузка и отдых. Физическое развитие. Осанка. Физические качества. Понятия о предварительной и исполнительной командах. Предупреждение травм во время занятий. Значение и основные правила закаливания. Понятия: физическая культура, физическое воспитание.

Гимнастика

Теоретические сведения. Одежда и обувь гимнаста. Элементарные сведения о гимнастических снарядах и предметах. Правила поведения на уроках гимнастики. Понятия: колонна, шеренга, круг. Элементарные сведения о правильной осанке, равновесии. Элементарные сведения о скорости, ритме, темпе, степени мышечных усилий. Развитие двигательных способностей и физических качеств с помощью средств гимнастики.

Практический материал.

Построения и перестроения. Упражнения без предметов (корректирующие и общеразвивающие упражнения): основные положения и движения рук, ног, головы, туловища; упражнения для расслабления мышц; мышц шеи; укрепления мышц спины и живота; развития мышц рук и плечевого пояса; мышц ног; на дыхание; для развития мышц кистей рук и пальцев; формирования правильной осанки; укрепления мышц туловища.

Упражнения с предметами: с гимнастическими палками; флажками; малыми обручами; малыми мячами; большим мячом; набивными мячами (вес 2 кг); упражнения на равновесие; лазанье и перелезание; упражнения для развития пространственно-временной дифференцировки и точности движений; переноска грузов и передача предметов; прыжки.

Легкая атлетика

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе, беге, прыжках и метаниях. Правила поведения на уроках легкой атлетики. Понятие о начале ходьбы и бега; ознакомление учащихся с правилами дыхания во время ходьбы и бега. Ознакомление учащихся с правильным положением тела во время выполнения ходьбы, бега, прыжков, метаний. Значение правильной осанки при ходьбе. Развитие двигательных способностей и физических качеств средствами легкой атлетики.

Практический материал:

Ходьба. Ходьба парами по кругу, взявшись за руки. Обычная ходьба в умеренном темпе в колонне по одному в обход зала за учителем. Ходьба по прямой линии, ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем своде стопы. Ходьба с сохранением правильной осанки. Ходьба в чередовании с бегом.

Ходьба с изменением скорости. Ходьба с различным положением рук: на пояс, к плечам, перед грудью, за голову. Ходьба с изменением направлений по ориентирам и командам учителя. Ходьба с перешагиванием через большие мячи с высоким подниманием бедра. Ходьба в медленном, среднем и быстром темпе. Ходьба с выполнением упражнений для рук в чередовании с другими движениями; со сменой положений рук: вперед, вверх, с хлопками и т. д. Ходьба шеренгой с открытыми и с закрытыми глазами.

Бег. Перебежки группами и по одному 15—20 м. Медленный бег с сохранением правильной осанки, бег в колонне за учителем в заданном направлении. Чередование бега и ходьбы на расстоянии. Бег на носках. Бег на месте с высоким подниманием бедра. Бег с высоким подниманием бедра и захлестыванием голени назад. Бег с преодолением простейших препятствий (канавки, подлезание под сетку, обегание стойки и т. д.). Быстрый бег на скорость. Медленный бег. Чередование бега и ходьбы. Высокий старт. Бег прямолинейный с параллельной постановкой стоп. Повторный бег на скорость. Низкий старт. Специальные беговые упражнения: бег с подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, семенящий бег. Челночный бег.

Прыжки. Прыжки на двух ногах на месте и с продвижением вперед, назад, вправо, влево. Перепрыгивание через начерченную линию, шнур, набивной мяч. Прыжки с ноги на ногу на отрезках до. Подпрыгивание вверх на месте с захватом или касанием висящего предмета (мяча). Прыжки в длину с места. Прыжки на одной ноге на месте, с продвижением вперед, в стороны. Прыжки с высоты с мягким приземлением. Прыжки в длину и высоту с шага. Прыжки с небольшого разбега в длину. Прыжки с прямого разбега в длину. Прыжки в длину с разбега без учета места отталкивания. Прыжки в высоту с прямого разбега способом «согнув ноги». Прыжки в высоту способом «перешагивание».

Метание. Правильный захват различных предметов для выполнения метания одной и двумя руками. Прием и передача мяча, флажков, палок в шеренге, по кругу, в колонне. Произвольное метание малых и больших мячей в игре. Броски и ловля волейбольных мячей. Метание колец на шести. Метание с места малого мяча в стенку правой и левой рукой. Метание большого мяча двумя руками из-за головы и снизу с места в стену. Броски набивного мяча (1 кг) сидя двумя руками из-за головы. Метание теннисного мяча с места одной рукой в стену и на дальность. Метание мяча с места в цель. Метание мячей с места в цель левой и правой руками. Метание теннисного мяча на дальность отскока от баскетбольного щита. Метание теннисного мяча на дальность с места. Броски

набивного мяча (вес до 1 кг) различными способами двумя руками.

Лыжная подготовка

Теоретические сведения. Элементарные понятия о ходьбе и передвижении на лыжах. Одежда и обувь лыжника. Подготовка к занятиям на лыжах. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Лыжный инвентарь; выбор лыж и палок. Одежда и обувь лыжника. Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Правильное техническое выполнение попеременного двухшажного хода. Виды подъемов и спусков. Предупреждение травм и обморожений.

Практический материал. Выполнение строевых команд.

Передвижение на лыжах. Спуски, повороты, торможение.

на коньках; перенос тяжести с одной ноги на другую. Упражнения на льду: скольжение, торможение, повороты.

Игры

Теоретические сведения. Элементарные сведения о правилах игр и поведении во время игр. Правила игр. Элементарные игровые технико- тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником). Элементарные сведения по овладению игровыми умениями (ловля мяча, передача, броски, удары по мячу).

Практический материал. Коррекционные игры. Игры с элементами общеразвивающих упражнений: игры с бегом; прыжками; лазанием; метанием и ловлей мяча (в том числе пионербол в IV-м классе); построениями и перестроениями; бросанием, ловлей, метанием.

В течение учебного года на освоение одного комплекса общеразвивающих упражнений (далее - ОРУ) отводится три урока, при этом необходимо использовать самый разнообразный инвентарь и оборудование.

Коррекционные игры имеют следующую направленность:

- развитие способности ориентирования в пространстве;
- развитие тактильно-кинестетической способности рук;
- формирование способности вести совместные действия с партнером;
- развитие точности движений, активизация психических процессов: восприятия, внимания, памяти;
- развитие мелкой моторики рук;
- активизация речевой деятельности.

Основное содержание разделов построено с учетом закономерностей формирования двигательных умений и навыков: разучивание, повторение и закрепления техники разучиваемого движения.

При подборе тестов необходимо исходить из задачи комплексной оценки развития двигательных способностей ребенка: силовых, скоростных,

координационных, гибкости и общей выносливости. Поэтому, необходимо отдавать предпочтение таким тестам, которые наименее зависимы от сформированности двигательного умения. К тестам, результаты которых наименее зависимы от уровня овладения техникой выполнения можно отнести: кистевую динамометрию (силовые способности), бег с ходу (скоростные или общая выносливость в зависимости от дистанции), наклон вперед из седа (гибкость).

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 раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный раздел включает в себя подготовку обучающихся к сдаче норм ГТО, технические элементы игры лапта и региональный компонент (игры и состязания народов Севера).

Тематическое планирование1

класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/ р	п / р	
Раздел «Лёгкая атлетика» (10 ч)					
1	Что такое физическая культура. Техника безопасности на уроке физической культуры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/326602/
2	Исходные положения в физических упражнениях. Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/326602/
3	Чем отличается ходьба от бега. Бег и ходьба коротким, средним, длинным шагом (эстафеты).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/
4	Ходьба и бег с преодолением препятствий, с изменением направления и скорости.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/
5	Упражнения в передвижении с изменением скорости (подвижная игра).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/
6	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/
7	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/
8	Ускорения на 30 м. Подвижные игры «Хитрый собо́ль», «Воздух, вода, земля, ветер. (эстафета)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/
9	Правила выполнения прыжка в длину с места. Техника безопасности во время занятий прыжками. Тест: бег 30 метров. (соревнование)	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/
10	Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста – бег 30 метров. Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/

Раздел «Подвижные и спортивные игры» (2 ч)					
11	Считалки для подвижных игр. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/
12	Подвижные игры «Хитрый соболю», «Воздух, вода, земля, ветер» (подвижные игры).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
13	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/
14	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы. Тест – бег на 10м х 3. (соревнование)	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/
15	Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста – челночный бег. Разучивание подвижной игры «Охотники и утки». (подвижные игры)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/
16	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Игры "Лиса и куры", "Зайцы в огороде" (соревнования)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/
Раздел «Гимнастика с основами акробатики» (14 ч)					
17	Правила поведения на уроках физической культуры. Техника безопасности на уроке гимнастики Режим дня и правила его составления и соблюдения.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/
18	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики. Учимся гимнастическим упражнениям.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/
19	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом. Личная гигиена и гигиенические процедуры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/
20	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/
21	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/

22	Способы построения и повороты стоя на месте	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/
23	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
24	Гимнастические упражнения с мячом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/start/223822/
25	Гимнастические упражнения со скакалкой. Осанка человека. Упражнения для осанки.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/
26	Гимнастические упражнения со скакалкой	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/326440/
27	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе. Тест: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
28	Подъем ног из положения лежа на животе. Работа над ошибками при выполнении теста: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3510/start/189584/
29	Сгибание рук в положении упор лежа	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/
30	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами (игра по станциям)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (3 ч)					
31	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/
32	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/
33	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/
Раздел «Лыжная подготовка» (10 ч)					
34	Правила поведения и техника безопасности на уроке лыжной подготовки.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/start/223641/
35	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/
36	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/
37	Техника ступающего шага во время	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/

	передвижения				
38	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/
39	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/
40	Игровые упражнения на лыжах, игра «Салки на лыжах» (соревнования)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/start/189419/
41	Подвижные игры «Льдинки, ветер, мороз», «Тир на снегу». Подъём ступающим шагом и способом «лесенка»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4180/start/189461/
42	Подвижные игры на лыжах. Выполнение контрольного двигательного упражнения прохождение дистанции до 1000 метров.	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/
43	Работа над ошибками, допущенными при выполнении контрольного двигательного упражнения прохождение дистанции до 1000 метров. Передвижение на лыжах до 1 км. Игра «Догони ведущего»	1	1	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/start/223780/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (1 ч)					
44	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4190/start/69168/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (8 ч)					
45	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/326644/
46	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/
47	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/326520/
48	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/
49	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/326500/

50	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/
51	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/
52	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189867/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (5 ч)					
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/
56	Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/
Раздел «Лёгкая атлетика» (2 ч)					
58	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/
59	Разучивание фазы приземления из прыжка	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (2 ч)					
60	Требования безопасности во время занятий с мячом. Ловля, передача и бросок мяча. Эстафеты с мячом.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189685/
61	Ведение мяча на месте и в движении	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (5 ч)					

62	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/
63	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/
64	Подвижные игры «Прыгуны и бегуны», «Бой лосей», «Хитрый соболь».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/
65	Ведение мяча, ловля и передача мяча. Игра «Попади в обруч»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189745/
66	Подвижные игры «Рыбаки и рыбки», «Охота на куропаток» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	3	63	

**Тематическое планирование
2 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	к / р	п / р	
Раздел «Лёгкая атлетика» (10 ч)					
1	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Зарождение Олимпийских игр.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/
2	Броски мяча в неподвижную мишень. Дневник наблюдений по физической культуре.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/
3	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/
4	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/
5	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/
6	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/224765/
7	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/
8	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/224765/
9	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/
10	Сложно координированные беговые упражнения (эстафета).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (2 ч)					
11	Подвижные игры с приемами спортивных игр. История подвижных игр и соревнований у древних народов.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/
12	Игры с приемами баскетбола	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/start/190548/

Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
13	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО. Тест: бег на 30м.	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
14	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бег 30 метров. Эстафеты.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6131/start/190875/
15	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/
16	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Игры "Лиса и куры", "Зайцы в огороде"	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/
Раздел «Гимнастика с основами акробатики» (12 ч)					
17	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
18	Строевые упражнения и команды. Утренняя зарядка, оставление комплекса утренней зарядки	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
19	Строевые упражнения и команды	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/
20	Прыжковые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/
21	Гимнастическая разминка	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/
23	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/
24	Упражнения с гимнастической скакалкой (игра по станциям).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/start/191551/
25	Упражнения с гимнастическим мячом. Закаливание организма.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/start/190575/
26	Танцевальные гимнастические движения. Гибкость как физическое качество.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/
27	Вис на согнутых руках, подтягивание в висе (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/
28	Полоса препятствий из 5 этапов. Висы и упоры. Лазание по гимнастической стенке. Игра «К своим капитанам».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/

	игры.				
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/
31	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото». Работа над ошибками при выполнении теста: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. (подвижные игры)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/
32	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/
Раздел «Лыжная подготовка» (10 ч)					
33	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Современные Олимпийские игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/
34	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/start/191096/
35	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/start/191155/
36	Подъем лесенкой	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/
37	Спуски и подъемы на лыжах	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/start/226158/
38	Торможение падением на бок	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/start/191207/
39	Спуски и подъемы. Прохождение дистанции до 1500 метров (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488/start/223955/
40	Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции до 1500 метров. Выносливость как физическое качество.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/
41	Выполнение контрольного двигательного упражнения прохождение дистанции до 1000 метров. Подвижные игры «Два мороза».	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/
42	Работа над ошибками, допущенными при выполнении контрольного двигательного упражнения прохождение дистанции до 1000 метров. Передвижение на лыжах до 1.5 км. Игры «Догони ведущего».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/start/190985/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (1 ч)					

43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (10 ч)					
44	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу. Физические качества.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/
45	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/start/224117/
46	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
47	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/start/192081/
48	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/start/192170/
49	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/start/224007/
50	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3592/start/224007/
51	Футбольный бильярд (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/start/224033/
52	Бросок ногой	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4825/start/224033/
53	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6170/start/224059/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4172/start/223929/
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/
56	Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/
57	Подвижные игры «Рыбаки и рыбки», «Охота на куропаток» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/
Раздел «Лёгкая атлетика» (2 ч)					
58	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/
59	Промежуточная аттестация по физической культуре.	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/

Раздел «Подвижные и спортивные игры» (4 ч)					
60	Требования безопасности во время занятий подвижными и спортивными играми. Ловля, передача и бросок мяча. Эстафеты с мячом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
61	Подвижные игры на развитие равновесия. Развитие координации движений.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
62	Ловля, передача и бросок мяча в парах. Игра «Лисы и куры» (соревнования)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/
63	Быстрота как физическое качество. Эстафеты с мячами. Ловля и передача мяча. Игра «Лисы и куры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (5 ч)					
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/
65	Работанад ошибками, допущенными при выполнении теста: челночный бег 3*10м.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/
66	Подвижные игры «Прыгуны и бегуны», «Бой лосей», «Хитрый соболь» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/start/192054/
67	Эстафеты с предметами. Ловля и передача мяча в парах стоя на месте	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/
68	Ведение мяча в движении. Подвижная игра «Мяч в корзину».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/start/192054/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	3,5	64,5	

Тематическое планирование3
класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	к / р	п/ р	
Раздел «Лёгкая атлетика» (10 ч)					
1	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Прыжок в длину с разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/start/226262/
2	Прыжок в длину с разбега. Физическая культура у древних народов.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
3	Броски набивного мяча	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
4	Челночный бег	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
5	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
6	Беговые упражнения с координационной сложностью. Измерение пульса на занятиях физической культурой.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
7	Бег 30 метров. Игры «Точный расчет», «Пятнашки»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
8	Равномерный бег до 4 мин. Бег с ускорением до 20 м., из различных положений. Эстафеты «Смены сторон». (соревнования)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6477/start/190933/
9	Требования безопасности во время занятий прыжками. Прыжки на одной и на двух ногах. Прыжки в длину с места, с разбега, через препятствия.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
10	Прыжки в длину с места, с поворотом на 180*. Прыжок в длину с места лицом и боком к месту приземления.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (2 ч)					
11	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/278909/
12	Спортивная игра баскетбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/start/193670/

Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
13	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО. Тест: бег на 30м.	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
14	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бег 30 метров. Эстафеты.	1	1	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/278856/
15	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6176/start/278883/
16	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр. Игры "Лиса и куры", "Зайцы в огороде"	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6176/start/278883/
Раздел «Гимнастика с основами акробатики» (12 ч)					
17	Техника безопасности и правила поведения на уроке гимнастики. Строевые команды и упражнения.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6013/start/226210/
18	Строевые команды и упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/279013/
19	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/
20	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/
21	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/start/279092/
22	Прыжки через скакалку	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/
23	Прыжки через скакалку	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/
24	Ритмическая гимнастика	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
25	Ритмическая гимнастика	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
26	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6181/start/279119/
27	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/
28	Перелезание через препятствия с опорой на руки. Перестроения по два в шеренге и в колонне. (полоса препятствий)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226288/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/

30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры.	1	0,5	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/
31	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото». Работа над ошибками при выполнении теста: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6168/start/191634/
32	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6176/start/278883/
Раздел «Лыжная подготовка» (10 ч)					
33	Техника безопасности и правила поведения на уроках лыжной подготовки. Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/start/197374/
34	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/
35	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/start/224884/
36	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/start/193564/
37	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/start/193564/
38	Повороты переступанием. Подвижная игра. «Два дома».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/start/193538/
39	Игровые упражнения на лыжах, игра «Салки на лыжах». История появления современного спорта. Виды физических упражнений.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
40	Подвижные игры «Льдинки, ветер, мороз», «Тир на снегу». Подъём ступающим шагом и способом «лесенка».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/
41	Выполнение контрольного двигательного упражнения прохождение дистанции до 1000 метров. Подвижные игры «Два мороза». (соревнования)	1	0,5	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/
42	Работа над ошибками, допущенными при выполнении контрольного двигательного упражнения прохождение дистанции до 1000 метров. Передвижение на лыжах до 1.5 км. Игры «Догони ведущего».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/start/193590/

Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (1 ч)					
43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (10 ч)					
44	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/start/224286/
45	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/start/193696/
46	Спортивная игра волейбол. Закаливание организма под душем.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/start/192861/
47	Спортивная игра волейбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/
48	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/
49	Спортивная игра футбол (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/197401/
50	Спортивная игра футбол. Дыхательная и зрительная гимнастика.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/start/194230/
51	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/start/194376/
52	Ведение мяча. Игра «Мяч водящему».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/start/278935/
53	Бросок мяча в парах. Игра «Борьба за мяч». Дозировка физических нагрузок.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (4 ч)					
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0,5	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
56	Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
57	Подвижные игры «Рыбаки и рыбки», «Охота на	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/

	куропаток» (соревнования).				
Раздел «Лёгкая атлетика» (2 ч)					
58	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
59	Промежуточная аттестация по физической культуре.	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
Раздел «Подвижные и спортивные игры» (4 ч)					
60	Требования безопасности во время занятий подвижными и спортивными играми. Ловля, передача и бросок мяча. Эстафеты с мячом	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/
61	Подвижные игры на развитие равновесия. Развитие координации движений.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/start/278935/
62	Ловля, передача и бросок мяча в парах. Игра «Лисы и куры» (соревнования)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/start/278935/
63	Быстрота как физическое качество. Эстафеты с мячами. Ловля и передача мяча. Игра «Лисы и куры».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/
Раздел «Прикладно-ориентированная физическая культура» (5 ч)					
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0,5	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
65	Работанад ошибками, допущенными при выполнении теста: челночный бег 3*10м.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
66	Подвижные игры «Прыгуны и бегуны», «Бой лосей», «Хитрый собо́ль» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/
67	Эстафеты с предметами. Ловля и передача мяча в парах стоя на месте	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
68	Ведение мяча в движении. Подвижная игра «Мяч в корзину».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	3,5	64,5	

**Тематическое планирование
4 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	к / р	п / р	
Модуль «Лёгкая атлетика» (10 ч)					
1	Из истории развития физической культуры в России. Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/
2	Прыжковые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/
3	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/
4	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/
5	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/
6	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/
7	Беговые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/
8	Беговые упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/
9	Метание малого мяча на дальность	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/
10	Метание малого мяча на дальность	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/
Модуль «Подвижные и спортивные игры» (3 ч)					
11	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/
12	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение». Тест: бег на 30м. Эстафеты. (соревнования)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6191/start/195233/
13	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель». Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бег на 30 м.	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/

Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» (3 ч)					
14	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/start/194606

	наше время				
15	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Эстафеты.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4626/start/195207/
16	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Эстафеты.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/
Модуль «Гимнастика с основами акробатики» (14 ч)					
17	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/
18	Акробатическая комбинация. Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/195338/
19	Акробатическая комбинация.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6215/start/195364/
20	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
21	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
22	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
23	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
24	Обучение опорному прыжку	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
25	Обучение опорному прыжку	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/start/224792/
26	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4617/start/195482/
27	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4617/start/195482/
28	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине. Тест: наклон.	1	0,5	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6220/start/195509/
29	Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: наклон. Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4628/start/195390/
30	Танцевальные упражнения «Летка-енка». (игра по станциям)	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4628/start/195390/
Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» (2 ч)					
31	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3603/start/224401/

	комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры				
32	Национальные игры народов Севера.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5167/start/195285/
Модуль «Лыжная подготовка» (10 ч)					
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5169/start/195699/
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4629/start/195798/
39	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах. Закаливание организма.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/start/279146/
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/start/224911/
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6222/start/224911/
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/start/224884/
Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» (2 ч)					
43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0,5	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6189/start/195123/
44	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бег на лыжах 1 км. Эстафеты.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4629/start/195798/
Модуль «Подвижные и спортивные игры» (6 ч)					
45	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок». Влияние	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/start/224375/

	занятий физической подготовкой на работу систем организма.				
46	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/start/195311/
47	Упражнения из игры волейбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6225/start/196076/
48	Упражнения из игры волейбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3644/start/196102/
49	Упражнения из игры баскетбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/
50	Упражнения из игры баскетбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/start/195918/
Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» (6 ч)					
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/
52	Сила как физическое качество. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
54	Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
55	Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
56	Подвижные игры «Рыбаки и рыбки», «Охота на куропаток» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/
Модуль «Лёгкая атлетика» (2 ч)					
57	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
58	Промежуточная аттестация по физической культуре.	1	1	0	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/
Модуль «Подвижные и спортивные игры» (3 ч)					
59	Требования безопасности во время занятий	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5174/start/225225/

	подвижными и спортивными играми. Спортивная игра футбол (соревнования).				
60	Упражнения из игры футбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6056/start/225253/
61	Упражнения из игры футбол	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3656/start/225457/
Модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура» (7 ч)					
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Тест: челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0,5	0,5	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
63	Работанад ошибками, допущенными при выполнении теста: челночный бег 3*10м.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/
64	Подвижные игры «Прыгуны и бегуны», «Бой лосей», «Хитрый собо́ль» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/
65	Эстафеты с предметами. Ловля и передача мяча в парах стоя на месте	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/
66	Ведение мяча в движении. Подвижная игра «Мяч в корзину».	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/
67	Ведение мяча, ловля и передача мяча. Игра «Попади в обруч»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/
68	Подвижные игры «Рыбаки и рыбки», «Охота на куропаток» (соревнования).	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	3,5	64,5	

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Обязательные материалы для ученика

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Методические материалы для учителя

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»; Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

<https://resh.edu.ru/>