



муниципальное бюджетное общеобразовательное  
учреждение «Школа № 78  
имени Героя Советского Союза П.Ф. Ананьева»  
городского округа Самара

**Рассмотрено**

на заседании МО учителей  
начальных классов  
Протокол №1 от  
29.08.2023г. Председатель МО  
\_\_\_\_\_/Родионова Е.А./

**Согласовано**

Зам. директора по УВР  
\_\_\_\_\_/Каримова Е.В./  
30.08.2023 г.

**Утверждено**

Приказ № 270 от  
31.08.2023г.  
Директор МБОУ Школы №7 8  
\_\_\_\_\_/Смирнов В.Н./

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ  
С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ  
(Вариант 7.1.)  
**Физическая культура**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» 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 – 371 час: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 1 КЛАСС

### *Знания о физической культуре*

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

### *Способы самостоятельной деятельности*

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

### *Физическое совершенствование*

#### *Оздоровительная физическая культура*

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

#### *Спортивно-оздоровительная физическая культура*

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

#### Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

#### Лыжная подготовка

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

#### Лёгкая атлетика

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

#### Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

### *Прикладно-ориентированная физическая культура*

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

## **2 КЛАСС**

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

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

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

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

### ***Физическое совершенствование***

#### *Оздоровительная физическая культура*

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

#### *Спортивно-оздоровительная физическая культура*

#### *Гимнастика с основами акробатики*

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

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

#### *Лыжная подготовка*

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

#### *Лёгкая атлетика*

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной

амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

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

*Прикладно-ориентированная физическая культура*

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

### **3 КЛАСС**

*Знания о физической культуре*

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

*Способы самостоятельной деятельности*

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

*Физическое совершенствование*

*Оздоровительная физическая культура*

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

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.*

Гимнастика с основами акробатики

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

наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

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

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

#### Лёгкая атлетика

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

#### Лыжная подготовка

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

#### Плавательная подготовка.

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

## **4 КЛАСС**

### *Знания о физической культуре*

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

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

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

### ***Физическое совершенствование***

#### ***Оздоровительная физическая культура***

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

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

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

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

##### ***Лёгкая атлетика***

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

##### ***Лыжная подготовка***

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

##### ***Плавательная подготовка***

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

## Подвижные и спортивные игры

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

## Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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

## **3 КЛАСС**

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

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в 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	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	Презентация
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Режим дня школьника	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
Итого по разделу		1			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Гигиена человека	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/</a>
1.2	Осанка человека	1	0	0	Презентация
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	0	Презентация
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	0	0	Презентация
2.2	Лыжная подготовка	12	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/start/223801/</a>

2.3	Легкая атлетика	18	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/326623/</a>
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	0	0	Презентация
Итого по разделу		67			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	0	0	<a href="https://www.gto.ru/norms?ysclid=llqgohaz8d360471563">https://www.gto.ru/norms?ysclid=llqgohaz8d360471563</a>
Итого по разделу		26			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		99	0	0	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	Презентация
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	0	Презентация
Итого по разделу		9			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	0	Презентация
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	0	Презентация
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	0	Презентация
2.2	Лыжная подготовка	12	0	0	Презентация
2.3	Легкая атлетика	14	0	0	Презентация
2.4	Подвижные игры	19	0	0	Презентация
Итого по разделу		59			

<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	1	0	Презентация
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1	0	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			Поле для свободного ввода
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			Поле для свободного ввода
2.3	Физическая нагрузка	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		4			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Закаливание организма	1	0	0	Презентация
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	0	Презентация
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16	0	0	Презентация

2.2	Легкая атлетика	10	0	0	Презентация
2.3	Лыжная подготовка	12	0	0	Презентация
2.4	Плавательная подготовка	12	0	0	Презентация
2.5	Подвижные и спортивные игры	16	0	0	Презентация
Итого по разделу		66			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	1	0	Презентация
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1	0	

## 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	0	Презентация
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3	0	0	Презентация
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	0	Презентация
Итого по разделу		5			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	0	Презентация
1.2	Закаливание организма	1	0	0	Презентация
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	0	0	Презентация
2.2	Легкая атлетика	9	0	0	Презентация

2.3	Лыжная подготовка	4	0	0	Презентация
2.4	Плавательная подготовка	4	0	0	Презентация
Итого по разделу		31			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	1	1	Презентация
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	1	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы	Коррекционные задачи
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура	1	0	0	Презентация	Коррекция нарушений физического развития
2	Современные физические упражнения	1	0	0		формирование двигательных умений и навыков
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/326357/</a>	формирование и воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений
5	Осанка человека. Упражнения	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/</a>	укрепление здоровья и

	для осанки				<a href="rt/168978/">rt/168978/</a>	закаливание организма, формирование правильной осанки
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1	0	0	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=nZMmyF24kFM">https://www.youtube.com/watch?v=nZMmyF24kFM</a>	формирование правильной осанки и свода стопы
7	Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	0	Презентация	формирование необходимых в разнообразной двигательной деятельности знаний, умений, навыков и воспитание сознательного отношения к их использованию
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата, гармоничное развитие мышечной силы;
9	Исходные положения в физических упражнениях	1	0	0	Презентация	Содействие формированию и закреплению правильной

						осанки, развитию сердечно - сосудистой и дыхательной системы организма
10	Учимся гимнастическим упражнениям	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений и др.
11	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1	0	0	Презентация	совершенствование двигательных, интеллектуальных, волевых и эмоциональных навыков
12	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	0	Презентация	Развитие до необходимого уровня психо-физиологических функций, обеспечивающих готовность к обучению: артикуляционного аппарата, фонематического

						слуха, мелких мышц руки.
13	Акробатические упражнения, основные техники	1	0	0	Презентация	Развитие до необходимого уровня психо-физиологических функций, обеспечивающих готовность к обучению: мелких мышц руки, оптико-пространственной ориентации, зрительно-моторной координации
14	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0	0	Презентация	Формирование умений и навыков, необходимых для деятельности любого вида: умение ориентироваться в задании, планировать работу
15	Способы построения и повороты стоя на месте	1	0	0	Презентация	Формирование умений и

						навыков, необходимых для деятельности любого вида: выполнять её в соответствии с образцом, инструкцией, осуществлять самоконтроль и самооценку.
16	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	0	0	Презентация	Обогащение кругозора детей, формирование отчётливых разносторонних представлений
17	Гимнастические упражнения со скакалкой	1	0	0	Презентация	Формирование социально-нравственного поведения, обеспечивающего детям успешную адаптацию к школьным условиям
18	Гимнастические упражнения с мячом	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/</a>	Формирование социально-нравственного поведения,

						обеспечивающего детям успешную адаптацию к школьным условиям
19	Гимнастические упражнения в прыжках	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата, гармоничное развитие мышечной силы
20	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1	0	0	Презентация	Содействие формированию и закреплению правильной осанки
21	Подъем ног из положения лежа на животе	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств
22	Сгибание рук в положении упор лежа	1	0	0	Презентация	Содействие формированию и закреплению правильной осанки
23	Разучивание прыжков в	1	0	0	Презентация	Укрепление и

	группировке					развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы
24	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
25	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.
26	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.

27	Упражнения в передвижении на лыжах	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.
28	Упражнения в передвижении на лыжах	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.
29	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.
30	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным

						воздействиям внешней среды.
31	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма.
32	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма.
33	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	0	Презентация	Коррекция и компенсация нарушений психомоторики
34	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	0	Презентация	Коррекция и компенсация нарушений психомоторики
35	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	0	Презентация	Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
36	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	0	Презентация	Коррекция и развитие общей и мелкой моторики.
37	Чем отличается ходьба от бега	1	0	0	Презентация	Укрепление и развитие сердечно-сосудистой и дыхательной системы.

38	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений
39	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений
40	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений
41	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для

						данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости, координации движений
42	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
43	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
44	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	0	0	Презентация	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время

						выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов
45	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	0	0	Презентация	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов
46	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1	0	0	Презентация	воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности,

						отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов
47	Правила выполнения прыжка в длину с места	1	0	0	Презентация	приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями
48	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1	0	0	Презентация	выработка представлений об основных видах спорта, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
49	Приземление после спрыгивания с горки матов	1	0	0	Презентация	формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической

						культуры
50	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1	0	0	Презентация	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
51	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма
52	Разучивание фазы приземления из прыжка	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма
53	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма
54	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем

						организма
55	Считалки для подвижных игр	1	0	0	Презентация	Формирование развития речи, в том числе логопедическая коррекция нарушений речи
56	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	0	0	Презентация	нормализация учебной деятельности
57	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	0	0	Презентация	нормализация учебной деятельности
58	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата, гармоничное развитие мышечной силы
59	Обучение способам организации игровых площадок	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата, гармоничное развитие мышечной

						силы
60	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	0	0	Презентация	формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры
61	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	0	0	Презентация	формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры
62	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
63	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
64	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и

						кондиционных способностей
65	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
66	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
67	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
68	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
69	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
70	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей

71	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
72	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
73	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	0	0	Презентация	развитие координационных и кондиционных способностей
74	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1	0	0	Презентация	выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре
75	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1	0	0	Презентация	выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
76	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во

						время занятий
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	выработка представлений о соблюдении правил техники безопасности во время занятий
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление

						здоровья, навыков здорового образа жизни;
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
85	Освоение правил и техники	1	0	0	Презентация	формирование

	выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры					установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков

						здорового образа жизни;
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и

	из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;

96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	0	0	Презентация	формирование установки на сохранение и укрепление здоровья,

						навыков здорового образа жизни;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	99	0	0			

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы	Коррекционные задачи
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	0	Презентация	Содействие повышению умственной работоспособности
2	Современные Олимпийские игры	1	0	0	Презентация	Развитие познавательной деятельности
3	Зарождение Олимпийских игр	1	0	0	Презентация	Развитие познавательной деятельности
4	Физическое развитие	1	0	0	Презентация	Коррекция и развитие физической подготовки
5	Физические качества	1	0	0	Презентация	Коррекция и развитие физической подготовки
6	Сила как физическое качество	1	0	0	Презентация	Коррекция и развитие физической подготовки
7	Быстрота как физическое качество	1	0	0	Презентация	воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в

						учебной и соревновательной деятельности
8	Выносливость как физическое качество	1	0	0	Презентация	Формирование выносливости, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью
9	Гибкость как физическое качество	1	0	0	Презентация	Формирование и обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью
10	Развитие координации движений	1	0	0	Презентация	Коррекция и компенсация нарушений психомоторики (координация движения)
11	Развитие координации движений	1	0	0	Презентация	Коррекция и компенсация нарушений психомоторики

						(координация движения)
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	0	Презентация	Развитие личностных компонентов познавательной деятельности
13	Закаливание организма	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышению устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды.
14	Утренняя зарядка	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата
15	Составление комплекса утренней зарядки	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата
17	Строевые упражнения и команды	1	0	0	Презентация	воспитание дисциплинированности, координации движений

18	Строевые упражнения и команды	1	0	0	Презентация	воспитание дисциплинированности, координации движений
19	Прыжковые упражнения	1	0	0	Презентация	Коррекция техники движений рук, усвоение темпа, активизация и ритм дыхания
20	Прыжковые упражнения	1	0	0	Презентация	Коррекция техники движений рук, усвоение темпа, активизация и ритм дыхания
21	Гимнастическая разминка	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости
24	Упражнения с	1	0	0	Презентация	Развитие

	гимнастической скакалкой					согласованности и ритмичности движений дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие выносливости
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	0	Презентация	Развитие согласованности и ритмичности движений дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие выносливости
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия. Быстрота переключения зрения
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия. Быстрота переключения зрения
28	Танцевальные гимнастические движения	1	0	0	Презентация	Координация крупной моторики, устойчивость к вестибулярной нагрузке, укрепление «мышечного корсета»

29	Танцевальные гимнастические движения	1	0	0	Презентация	Координация крупной моторики, устойчивость к вестибулярной нагрузке, укрепление «мышечного корсета»
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	0	Презентация	развитие познавательной активности детей
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	0	Презентация	Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
32	Спуск с горы в основной стойке	1	0	0	Презентация	Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
33	Спуск с горы в основной стойке	1	0	0	Презентация	Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
34	Подъем лесенкой	1	0	0	Презентация	Развитие согласования дыхания с движением, парциальный выдох
35	Подъем лесенкой	1	0	0	Презентация	Развитие согласования дыхания с движением, парциальный выдох
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	0	Презентация	Развитие согласования дыхания с движением,

						акцентированный выдох, развитие дыхательной мускулатуры
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	0	Презентация	Развитие согласования дыхания с движением, акцентированный выдох, развитие дыхательной мускулатуры
38	Торможение лыжными палками	1	0	0	Презентация	Развитие кардиореспираторной системы, определение индивидуального ритма дыхания
39	Торможение лыжными палками	1	0	0	Презентация	Развитие кардиореспираторной системы, определение индивидуального ритма дыхания
40	Торможение падением на бок	1	0	0	Презентация	Развитие кардиореспираторной системы, определение индивидуального ритма дыхания
41	Торможение падением на бок	1	0	0	Презентация	Развитие кардиореспираторной системы, определение индивидуального ритма

						дыхания
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	Презентация	развитие общеинтеллектуальных умений
43	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	0	Презентация	Обогащение тактильных ощущений, усилий и расстояния. Ручная ловкость, быстрота реагирования на переключение, скоростно-силовые качества
44	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	0	Презентация	Обогащения тактильных ощущений, усилий и расстояния. Ручная ловкость, быстрота реагирования на переключение, скоростно-силовые качества
45	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	0	Презентация	Обеспечение согласованность движений, развитие силы разгибателей ног
46	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	0	Презентация	Обеспечение согласованность движений, развитие силы разгибателей ног
47	Прыжок в высоту с	1	0	0	Презентация	Развитие направления

	прямого разбега					усилий, согласованность движений рук и ног скоростно-силовые качества
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	0	Презентация	Развитие направления усилий, согласованность движений рук и ног скоростно-силовые качества
49	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	0	Презентация	Формирование ловкости, координации движений, точность перемещения, ориентировки в пространстве
50	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	0	Презентация	Формирование ловкости, координация движений, точность перемещения, ориентировки в пространстве
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	0	0	Презентация	Коррекция согласованности движений, развитие силы разгибателей ног

52	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	0	Презентация	Развитие координации движений, соразмерность усилий, скоростно-силовые качества
53	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	0	Презентация	Развитие координации движений, соразмерность усилий, скоростно-силовые качества
54	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	0	Презентация	Совершенствование дыхательной и сердечно-сосудистой систем, усвоение темпа движений
55	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	0	Презентация	Совершенствование дыхательной и сердечно-сосудистой систем, усвоение темпа движений
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	0	Презентация	Ориентировка в пространстве, смелость, координация, дифференцировка пространства
57	Игры с приемами баскетбола	1	0	0	Презентация	Развитие глазомера, координации и точность движения, дифференцировка

						усилия и направления движения.
58	Игры с приемами баскетбола	1	0	0	Презентация	Развитие глазомера, координации и точность движения, дифференцировка усилия и направления движения.
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	0	Презентация	Обеспечение удержание вертикального положения при дополнительной нагрузке, статическая сила рук и плечевого пояса
60	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	0	Презентация	Обеспечение удержание вертикального положения при дополнительной нагрузке, статическая сила рук и плечевого пояса
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	0	Презентация	Формирование контролировать положение тела и его звеньев (рук с мячом) в пространстве

62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	0	Презентация	Формирование контролировать положение тела и его звеньев (рук с мячом) в пространстве
63	Прием «волна» в баскетболе	1	0	0	Презентация	Развитие точности усилия и пространственной дифференцировки
64	Прием «волна» в баскетболе	1	0	0	Презентация	Развитие точности усилия и пространственной дифференцировки
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	0	Презентация	Совершенствование координации движений рук, точность направления и усилия.
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	0	Презентация	Совершенствование координации движений рук, точность направления и усилия.
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	0	Презентация	Развитие быстроты переключения зрения
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	0	Презентация	Развитие быстроты переключения зрения
69	Футбольный бильярд	1	0	0	Презентация	Развитие быстроты переключения зрения
70	Футбольный бильярд	1	0	0	Презентация	Развитие быстроты

						переключения зрения
71	Бросок ногой	1	0	0	Презентация	Обогащение зрительной дифференцировка направления движения
72	Бросок ногой	1	0	0	Презентация	Обогащение зрительной дифференцировка направления движения
73	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	0	Презентация	Коррекция ритмичности и координация движений, регулирование темпа движений
74	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	0	Презентация	Коррекция ритмичности и координация движений, регулирование темпа движений
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 степени	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	0	Презентация	Формирование коммуникативных навыков

77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие прямолинейности движений, ориентировка в пространстве,
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие прямолинейности движений, ориентировка в пространстве,
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	0	Презентация	Развитие выносливости, укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	0	Презентация	Развитие выносливости, укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Развитие выносливости, укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы

82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Развитие выносливости, укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, ловкости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, ловкости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
85	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	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, ловкости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
86	Освоение правил и техники выполнения	1	0	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, лов

	норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					кости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, ловкости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, ловкости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Совершенствование быстроты реакции, ловкости, ориентировки в пространстве, частоты и точности движений во времени
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из	1	0	0	Презентация	Формирование ориентировки в пространстве, координация всех

	положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					звеньев тела
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Формирование ориентировки в пространстве, координация всех звеньев тела
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Формирование ориентировки в пространстве, координация всех звеньев тела
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Развитие равновесия, согласованность движений
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Развитие равновесия, согласованность движений
95	Освоение правил и техники выполнения	1	0	0	Презентация	Развитие глазомера, координации и

	норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры					точности движения, дифференцировка усилия и направления движения.
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	1	0	Презентация	Развитие глазомера, координации и точности движения, дифференцировка усилия и направления движения.
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Усвоение разных ритмов дыхания, согласование с движением, внимание на выдохе
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Усвоение разных ритмов дыхания, согласование с движением, внимание на выдохе
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Развитие кардиореспираторной системы
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные	1	0	0	Презентация	Развитие кардиореспираторной системы

	игры					
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	0	Презентация	Согласование дыхания с движением, акцентированный выдох, развитие дыхательной мускулатуры
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	0	Презентация	Согласование дыхания с движением, акцентированный выдох, развитие дыхательной мускулатуры
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1	0		

### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы	Коррекционные задачи
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1	0	0	Презентация	развитие познавательной активности детей
2	История появления современного спорта	1	0	0	Презентация	развитие познавательной активности детей
3	Виды физических упражнений	1	0	0	Презентация	Содействие формированию и закреплению правильной осанки, развитию сердечно - сосудистой и дыхательной системы организма
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
5	Дозировка физических	1	0	0	Презентация	Обеспечение

	нагрузок					условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	0	0	Презентация	приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями
7	Закаливание организма под душем	1	0	0	Презентация	Способствование закаливанию, повышать устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	0	Презентация	Содействие оптимизации роста и развитие опорно – двигательного аппарата
9	Строевые команды и упражнения	1	0	0	Презентация	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата

						(нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
10	Строевые команды и упражнения	1	0	0	Презентация	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
11	Лазанье по канату	1	0	0	Презентация	Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве, согласованность и последовательность движений рук и ног
12	Лазанье по канату	1	0	0	Презентация	Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве, согласованность и последовательность движений рук и ног
13	Передвижения по	1	0	0	Презентация	Согласованность

	гимнастической скамейке					движения, ориентировка пространстве, дифференцировка усилий
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	0	Презентация	Согласование движения, ориентировка пространстве, дифференцировка усилий
15	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	0	Презентация	Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве
16	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	0	Презентация	Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве
17	Прыжки через скакалку	1	0	0	Презентация	Согласованность и ритмичность движений дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие

						выносливости
18	Прыжки через скакалку	1	0	0	Презентация	Согласованность и ритмичность движений дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие выносливости
19	Ритмическая гимнастика	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма.
20	Ритмическая гимнастика	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма.
21	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	0	Презентация	Формирование пластичности, выразительности, координации асимметричных движений, образного мышления
22	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	0	Презентация	Формирование пластичности, выразительности,

						координации асимметричных движений, образного мышления мышление
23	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	0	Презентация	Формирование пластичности, выразительности, координации асимметричных движений, образного мышления
24	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	0	Презентация	Формирование пластичности, выразительности, координации асимметричных движений, образного мышления
25	Прыжок в длину с разбега	1	0	0	Презентация	Коррекция направления усилий, согласованность движений рук и ног скоростно-силовые качества

26	Прыжок в длину с разбега	1	0	0	Презентация	Коррекция направления усилий, согласованность движений рук и ног скоростно-силовые качества
27	Броски набивного мяча	1	0	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия.
28	Броски набивного мяча	1	0	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия.
29	Челночный бег	1	0	0	Презентация	Ориентировка в пространстве, мелкая моторика, соразмерность усилий, скоростные качества, ловкость
30	Челночный бег	1	0	0	Презентация	Ориентировка в пространстве, мелкая моторика, соразмерность усилий, скоростные качества, ловкость

31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	0	Презентация	Усвоение темпа и ритма движений
32	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	0	Презентация	Усвоение темпа и ритма движений
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	0	0	Презентация	Формирование коррекционной направленности
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	0	0	Презентация	Формирование коррекционной направленности
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	0	Презентация	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно - сосудистой систем
36	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	0	Презентация	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно - сосудистой систем
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств:

						силы, гибкости, выносливости
38	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости
39	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости
40	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости
41	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости,

						выносливости
42	Повороты на лыжах способом переступания	1	0	0	Презентация	Обеспечение оптимального для данного возраста и пола развитие двигательных качеств: силы, гибкости, выносливости
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	0	Презентация	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
44	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	0	0	Презентация	Коррекция нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
45	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	0	0	ЦОК	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
46	Повороты на лыжах способом переступания	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для

						профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
47	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
48	Правила поведения в бассейне	1	0	0	Презентация	Активизация защитных сил организма ребёнка.
49	Разучивание специальных плавательных упражнений	1	0	0	ЦОК	Активизация защитных сил организма ребёнка.
50	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1	0	0	РЭШ	овладение жизненно необходимым навыком плавания
51	Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
52	Упражнения	1	0	0	Презентация	овладение

	ознакомительного плавания: погружение в воду и всплывание					жизненно необходимым навыком плавания
53	Упражнения ознакомительного плавания: погружение в воду и всплывание	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
54	Упражнения в плавании кролем на груди	1	0	0	ЦОК	овладение жизненно необходимым навыком плавания
55	Упражнения в плавании кролем на груди	1	0	0	РЭШ	овладение жизненно необходимым навыком плавания
56	Упражнения в плавании брассом	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
57	Упражнения в плавании брассом	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
58	Упражнения в плавании дельфином	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
59	Упражнения в плавании дельфином	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
60	Подвижные игры с	1	0	0	ЦОК	Укрепление мышц

	элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки					туловища, координация движений,
61	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	0	ЦОК	Укрепление мышц туловища, координация движений,
62	Спортивная игра баскетбол	1	0	0	ЦОК	Содействие усилия и направления движения, координация движений рук
63	Спортивная игра баскетбол	1	0	0	Презентация	Содействие усилия и направления движения, координация движений рук
64	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	0	Презентация	Развитие концентрации внимания и зри тельного контроля
65	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	0	Презентация	Развитие концентрации внимания и зри тельного контроля
66	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	0	Презентация	Формирование удержания вертикального положения при

						дополнительной нагрузке, статическая сила рук и плечевого пояса
67	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	0	РЭШ	Формирование удержания вертикального положения при дополнительной нагрузке, статическая сила рук и плечевого пояса
68	Спортивная игра волейбол	1	0	0	РЭШ	Развитие способности регулировать положение тела в пространстве, различать и отмеривать расстояние
69	Спортивная игра волейбол	1	0	0	ЦОК	Развитие способности регулировать положение тела в пространстве, различать и отмеривать

						расстояние
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	0	Презентация	Развитие глазомера, координации и точность движения
71	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	0	Презентация	Развитие глазомера, координации и точность движения
72	Спортивная игра футбол	1	0	0	Презентация	Развитие точности направления и усилия
73	Спортивная игра футбол	1	0	0	Презентация	Развитие точности направления и усилия
74	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	0	Презентация	Развитие точности направления и усилия
75	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	0	Презентация	Развитие точности направления и усилия
76	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 степени	1	0	0	Презентация	Активизация дыхательной и сердечно-сосудистой систем, координация движений рук и ног,

77	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	0	Презентация	Активизация дыхательной и сердечно-сосудистой систем, координация движений рук и ног,
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Усвоение разных ритмов дыхания, согласование с движением
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Усвоение разных ритмов дыхания, согласование с движением
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	Презентация	Усвоение темпа и ритма движений
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	Презентация	Усвоение темпа и ритма движений
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	0	Презентация	Усвоение темпа и ритма движений, стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем
83	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	0	0	Презентация	Усвоение темпа и ритма движений,

	комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения					стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие выносливости, укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие выносливости, укрепление дыхания и сердечно-сосудистой системы, укрепление стопы
86	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	0	Презентация	Мелкая моторика кисти, согласованность движений, дифференцировка усилий
87	Освоение правил и техники	1	0	0	Презентация	Развитие мелкой

	<p>выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>					<p>моторики кисти, согласованность движений, дифференцировка усилий</p>
88	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>	1	0	0	Презентация	<p>Закрепление координации движений рук и ног</p>
89	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>	1	0	0	Презентация	<p>Закрепление координации движений рук и ног</p>
90	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры</p>	1	0	0	Презентация	<p>Развитие умения ориентировки в пространстве, равновесие, согласованность движений</p>
91	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на</p>	1	0	0	Презентация	<p>Развитие умения ориентировки в пространстве, равновесие,</p>

	гимнастической скамье. Подвижные игры					согласованность движений
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие прямолинейности движений, ориентировка в пространстве, стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие прямолинейности движений, ориентировка в пространстве, стимуляция дыхательной и сердечно-сосудистой систем
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Развитие пластичности, выразительности движения, координация асимметричных движений
95	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	0	0	Презентация	Развитие пластичности,

	комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					выразительности движения, координация асимметричных движений
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	1	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия.
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия.
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие ориентировки в пространстве, соразмерности усилий, мелкой моторики рук.
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Развитие ориентировки в пространстве, соразмерности усилий, мелкой моторики рук.

100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
101	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	0	1	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 степени	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	1	1		

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы	Коррекционные задачи
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1	0	0	Презентация	Формирование представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	0	Презентация	Формирование представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре
3	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	0	Презентация	Приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	0	Презентация	Формирование навыков и умений в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной

						деятельности
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	0	Презентация	обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	0	0	Презентация	Развитие знаний о травмах и навыках здорового образа жизни
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1	0	0	Презентация	Формирование первоначальных знаний об оказании первой медицинской помощи
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	0	Презентация	Содействие гибкости позвоночника, растягивание мышц живота, укрепление мышц спины
9	Закаливание организма	1	0	0	Презентация	Способствование

						закаливанию, повышению устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0	0	Презентация	Развитие познавательной активности детей
11	Акробатическая комбинация	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма.
12	Акробатическая комбинация	1	0	0	Презентация	Повышение физиологической активности органов и систем организма.
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1	0	0	Презентация	Обеспечение согласованности движений, развитие силы разгибателей ног
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом	1	0	0	Презентация	Обеспечение согласованности движений, развитие

	напрыгивания					силы разгибателей ног
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	0	Презентация	Дифференцировка расстояния и усилий, согласованность движений ног, развитие силы разгибателей ног
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	0	Презентация	Дифференцировка расстояния и усилий, согласованность движений ног, развитие силы разгибателей ног
17	Обучение опорному прыжку	1	0	0	Презентация	Укрепление свода стопы, ритмичность и со- размерность усилий
18	Обучение опорному прыжку	1	0	0	Презентация	Укрепление свода стопы, ритмичность и со- размерность усилий
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0	0	Презентация	Координация движений, соразмерность усилий
20	Упражнения на	1	0	0	Презентация	Развитие ловкости,

	гимнастической перекладине					координации движений, точности перемещения, ориентировки в пространстве
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1	0	0	Презентация	Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, согласованность и последовательность движений рук и ног.
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	0	Презентация	Координация движений, мышечной силы рук и плечевого пояса
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	0	Презентация	Координация движений, мышечной силы рук и плечевого пояса
24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных

						отклонений в состоянии здоровья школьников
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	0	Презентация	Согласованность и ритмичность движений дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие выносливости
26	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	0	Презентация	Согласованность и ритмичность движений дифференцировка усилий, укрепление стопы, развитие выносливости
27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	0	Презентация	Согласованность движений, развитие силы разгибателей ног
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0	0	Презентация	Согласованность движений, развитие силы разгибателей ног
29	Беговые упражнения	1	0	0	Презентация	Развитие темпа и ритма движений
30	Беговые упражнения	1	0	0	Презентация	Развитие темпа и ритма движений

31	Метание малого мяча на дальность	1	0	0	Презентация	Совершенствование координации движений рук, точность направления и усилия. Быстрота переключения зрения
32	Метание малого мяча на дальность	1	0	0	Презентация	Совершенствование координации движений рук, точность направления и усилия. Быстрота переключения зрения
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	0	0	Презентация	Активизация защитных сил организма ребёнка.
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0	0	Презентация	Укрепление и сохранение здоровья, закаливание организма учащихся.
35	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0	0	Презентация	укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика

						плоскостопия, содействие гармоничному физическому развитию
36	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0	0	Презентация	Развитие равновесия точности движения
37	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1	0	0	Презентация	Овладение жизненно необходимым навыком плавания
38	Подводящие упражнения	1	0	0	Презентация	формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры
39	Упражнения с плавательной доской	1	0	0	Презентация	Расширение двигательного опыта детей с проблемами в интеллектуальном развитии посредством использования освоенных

						физических упражнений в разнообразных формах двигательной активности
40	Упражнения в плавании способом кроль	1	0	0	Презентация	Расширение двигательного опыта детей с проблемами в интеллектуальном развитии посредством использования освоенных физических упражнений в разнообразных формах двигательной активности
41	Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени	1	0	0	Презентация	Концентрация внимания, двигательная память, согласованность движений, усвоение ритма
42	Правила ТБ на уроках.	1	0	0	Презентация	Коррекция

	Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время					нарушений опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, сколиозы, плоскостопия).
43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Коррекция техники движений рук, усвоение темпа, активизация и ритм дыхания
44	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Коррекция техники движений рук, усвоение темпа, активизация и ритм дыхания
45	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	Презентация	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно - сосудистой систем
46	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	Презентация	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно -

						сосудистой систем
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	0	Презентация	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно - сосудистой систем
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	0	Презентация	Развитие скоростных качеств, стимуляция дыхательной и сердечно - сосудистой систем
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Коррекция координации движений, соразмерность усилий, скоростно-силовые качества
50	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Коррекция координации движений, соразмерность усилий, скоростно-силовые качества
51	Освоение правил и техники выполнения норматива	1	0	0	Презентация	Преодоление страха высоты,

	<p>комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты</p>					<p>профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве</p>
52	<p>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</p>	1	0	0	Презентация	<p>Преодоление страха высоты, профилактика плоскостопия, ориентировка в пространстве</p>
53	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>	1	0	0	Презентация	<p>Развитие ловкости, координации движений, точности перемещения, ориентировки в пространстве</p>
54	<p>Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты</p>	1	0	0	Презентация	<p>Развитие ловкости, координации движений, точности перемещения, ориентировки в пространстве</p>
55	<p>Освоение правил и техники</p>	1	0	0	Презентация	<p>Согласованность</p>

	выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					движений рук и ног, дифференцировка усилий, быстрота перемещения
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Согласованность движений рук и ног, дифференцировка усилий, быстрота перемещения
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Коррекция координации движений рук, дифференцировка усилий, симметричность
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Коррекция координации движений рук, дифференцировка усилий, симметричность
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в

						состоянии здоровья школьников.
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Обеспечение условий для профилактики возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья школьников.
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия.
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	1	0	Презентация	Координация движений рук, точность направления и усилия.
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	Презентация	Формирование ориентировки в пространстве, мелкой моторики, соразмерность усилий
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный	1	0	1	Презентация	Формирование ориентировки в пространстве,

	бег 3*10м. Эстафеты					мелкой моторики, соразмерность усилий
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	0	0	Презентация	овладение жизненно необходимым навыком плавания
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	0	Презентация	Развитие быстроты двигательной реакции, быстроты переключения
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	0	Презентация	Развитие быстроты двигательной реакции, быстроты переключения
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	1		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА  
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 3 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

презентации к урокам

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

[https://edsoo.ru/Primernaya\\_rabochaya\\_programma\\_nachalnogo\\_obschego\\_obrazovaniya\\_predmeta\\_Fizicheskaya\\_kultura\\_proekt\\_.htm](https://edsoo.ru/Primernaya_rabochaya_programma_nachalnogo_obschego_obrazovaniya_predmeta_Fizicheskaya_kultura_proekt_.htm)

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

**ИНТЕРНЕТ**

РЭШ