

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Нижегородской области

Администрация Кстовского муниципального округа Нижегородской области

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

"Средняя школа №8 с углубленным изучением отдельных предметов"

РАССМОТРЕНА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 28.08.2025

УТВЕРЖДЕНА
приказом МАОУ СШ № 8
от 28.08.2025 № 270Д

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 6772507)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1 – 4 классов

**г. Кстово
2025г.**

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.

При создании программы по физической культуре учитывались 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 нашли свое отражение 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 счет овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся.

Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят свое 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 свое 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 ее 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 – 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 – 6 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 ее 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 лежа. 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: подъем туловища из положения лежа на спине и животе, подъем ног из положения лежа на животе, сгибание рук в положении упор лежа, 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).

Легкая 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, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка.

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

Легкая атлетика.

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

Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперед, 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 разноименным способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно 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.

Легкая 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.

Подвижные и спортивные игры.

Подвижные игры на точность движений с приемами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, прием 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 ее нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счет упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоемах, 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, подъем переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Легкая 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.

Подвижные и спортивные игры.

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, прием 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 ее 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.

1 КЛАСС

По окончании 1 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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 ее нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия

Общение:

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

Самоорганизация и самоконтроль:

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.

2 КЛАСС

По окончании 2 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее 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;

выполнять 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

Самоорганизация и самоконтроль:

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом 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.

3 КЛАСС

По окончании 3 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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 ее 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

Общение:

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;

выполнять небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

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.

4 КЛАСС

По окончании 4 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;

оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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 ее 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.

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 свое суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;

измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;

выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;

демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;

выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;

передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;

организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приемов из спортивных игр;

выполнять упражнения на развитие физических качеств.

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 ее значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;

выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;

выполнять движение противходом 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 вперед;

передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноименным 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 (прием мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

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 легкой 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;

выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

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	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Режим дня школьника	1	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Гигиена человека	1	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
1.2	Осанка человека	1	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/

2.3	Легкая атлетика	18	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		67	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		26	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	

2 КЛАСС

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

			https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		59	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	https://uchi.ru/ https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		28	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.3	Физическая нагрузка	2	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Закаливание организма	1	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
2.1	Гимнастика с основами акробатики	17	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/

2.2	Легкая атлетика	10	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.3	Лыжная подготовка	13	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	26	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		66	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		28	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	2	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		4	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
1.2	Закаливание организма	1	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
2.1	Гимнастика с основами акробатики	13	https://lib.myschool.edu.ru

			https://resh.edu.ru/
2.2	Легкая атлетика	10	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.3	Лыжная подготовка	12	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	11	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		46	
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура			
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	12	https://lib.myschool.edu.ru https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		12	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	
1.	Что такое физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры.	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
2.	Современные физические упражнения	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
3.	Чем отличается ходьба от бега	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
4.	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	8.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
5.	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	8.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
6.	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	8.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
7.	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
8.	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

9.	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1	15.09.2025- 20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
10.	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1	22.09.2025- 27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
11.	Правила выполнения прыжка в длину с места	1	22.09.2025- 27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
12.	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1	22.09.2025- 27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
13.	Приземление после спрыгивания с горки матов	1	29.09.2025- 04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
14.	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1	29.09.2025- 04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
15.	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1	29.09.2025- 04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
16.	Разучивание фазы приземления из прыжка	1	06.10.2025- 11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
17.	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1	06.10.2025- 11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
18.	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1	06.10.2025- 11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

19.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
20.	Считалки для подвижных игр	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
21.	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
22.	Обучение способам организации игровых площадок	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
23.	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
24.	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
25.	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
26.	Осанка человека. Упражнения для осанки	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
27.	Правила поведения на уроках физической культуры при изучении темы «Гимнастика и основы акробатики»	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
28.	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

29.	Исходные положения в физических упражнениях	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
30.	Учимся гимнастическим упражнениям	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
31.	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
32.	Акробатические упражнения, основные техники	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
33.	Акробатические упражнения, основные техники	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
34.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
35.	Способы построения и повороты стоя на месте	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
36.	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
37.	Гимнастические упражнения с мячом	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
38.	Гимнастические упражнения со скакалкой	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

39.	Гимнастические упражнения в прыжках	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
40.	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1	08.12.2025- 13.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
41.	Подъем ног из положения лежа на животе	1	08.12.2025- 13.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
42.	Сгибание рук в положении упор лежа	1	08.12.2025- 13.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
43.	Разучивание прыжков в группировке	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
44.	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
45.	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
46.	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
47.	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
48.	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

49.	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
50.	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
51.	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
52.	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
53.	Техника безопасности при изучении темы «Лыжная подготовка». Строевые упражнения с лыжами в руках	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
54.	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
55.	Упражнения в передвижении на лыжах	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
56.	Упражнения в передвижении на лыжах	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
57.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
58.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

59.	Техника ступающего шага во время передвижения	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
60.	Техника ступающего шага во время передвижения	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
61.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
62.	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
63.	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
64.	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
65.	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
66.	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
67.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
68.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

69.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
70.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
71.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
72.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
73.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
74.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
75.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
76.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
77.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

78.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	23.03.2026-28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
79.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	06.04.2026-11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
80.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1	06.04.2026-11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
81.	Обучение способам организации игровых площадок	1	06.04.2026-11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
82.	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	13.04.2026-18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
83.	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1	13.04.2026-18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
84.	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	13.04.2026-18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
85.	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1	20.04.2026-25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
86.	Техника безопасности при изучении темы «Легкая атлетика»	1	20.04.2026-25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
87.	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1	20.04.2026-25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://ljl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

88.	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1	27.04.2026-30.04.20026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
89.	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1	27.04.2026-30.04.20026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
90.	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1	27.04.2026-30.04.20026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
91.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
92.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
93.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
94.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
95.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
96.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
97.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura

98.	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	18.05.2026- 23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
99.	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1	18.05.2026- 23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/1/ https://lyl.su/qFac https://pptcloud.ru/1klass/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	
1.	Правила поведения на уроках физической культуры. История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	01.09.2025- 06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
2.	Зарождение Олимпийских игр	1	01.09.2025- 06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
3.	Современные Олимпийские игры	1	01.09.2025- 06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
4.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой.	1	08.09.2025- 13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
5.	Бег с поворотами и изменением направлений	1	08.09.2025- 13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
6.	Сложно координированные беговые упражнения	1	08.09.2025- 13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
7.	Укрепление здоровья через ВФСК ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1	15.09.2025- 20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
8.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	15.09.2025- 20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

9.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
10.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	22.09.2025-27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
11.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	22.09.2025-27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
12.	Физическое развитие	1	22.09.2025-27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
13.	Физические качества	1	29.09.2025-04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
14.	Сила как физическое качество	1	29.09.2025-04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
15.	Быстрота как физическое качество	1	29.09.2025-04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
16.	Выносливость как физическое качество	1	06.10.2025-11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
17.	Гибкость как физическое качество	1	06.10.2025-11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
18.	Развитие координации движений	1	06.10.2025-11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

19.	Развитие координации движений	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
20.	Дневник наблюдений по физической культуре	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
21.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
22.	Подвижные игры на развитие равновесия	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
23.	Броски мяча в неподвижную мишень	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
24.	Броски мяча в неподвижную мишень	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
25.	Утренняя зарядка	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
26.	Составление комплекса утренней зарядки	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
27.	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
28.	Строевые упражнения и команды	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
29.	Строевые упражнения и команды	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura

				https://lyl.su/fNmD
30.	Прыжковые упражнения	1	10.11.2025-15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
31.	Прыжковые упражнения	1	17.11.2025-22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
32.	Гимнастическая разминка	1	17.11.2025-22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
33.	Ходьба на гимнастической скамейке	1	17.11.2025-22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
34.	Ходьба на гимнастической скамейке	1	24.11.2025-29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
35.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	24.11.2025-29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
36.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	24.11.2025-29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
37.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	01.12.2025-06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
38.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	01.12.2025-06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
39.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	01.12.2025-06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

40.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
41.	Танцевальные гимнастические движения	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
42.	Танцевальные гимнастические движения	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
43.	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	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
44.	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	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
45.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
46.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
47.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
48.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

49.	Закаливание организма	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
50.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
51.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
52.	Спуск с горы в основной стойке	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
53.	Спуск с горы в основной стойке	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
54.	Подъем лесенкой	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
55.	Подъем лесенкой	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
56.	Спуски и подъёмы на лыжах	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
57.	Спуски и подъёмы на лыжах	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
58.	Торможение лыжными палками	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
59.	Торможение лыжными палками	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura

				https://lyl.su/fNmD
60.	Торможение падением на бок	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
61.	Торможение падением на бок	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
62.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
63.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
64.	Правила поведения при занятиях спортивными играми. Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
65.	Игры с приемами баскетбола	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
66.	Игры с приемами баскетбола	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
67.	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
68.	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
69.	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

70.	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
71.	Прием «волна» в баскетболе	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
72.	Прием «волна» в баскетболе	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
73.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
74.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
75.	Гонка мячей и слалом с мячом	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
76.	Гонка мячей и слалом с мячом	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
77.	Футбольный бильярд	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
78.	Футбольный бильярд	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
79.	Бросок ногой	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
80.	Бросок ногой	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura

				https://lyl.su/fNmD
81.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
82.	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	06.04.2026- 11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
83.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	06.04.2026- 11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
84.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	06.04.2026- 11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
85.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	13.04.2026- 18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
86.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	13.04.2026- 18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
87.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	13.04.2026- 18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
88.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	20.04.2026- 25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
89.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	20.04.2026- 25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

90.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	20.04.2026- 25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
91.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	27.04.2026- 30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
92.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	27.04.2026- 30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
93.	Бег с поворотами и изменением направлений	1	27.04.2026- 30.04.20026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
94.	Сложно координированные беговые упражнения	1	04.05.2026- 08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
95.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	04.05.2026- 08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
96.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	04.05.2026- 08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
97.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	11.05.2026- 16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
98.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	11.05.2026- 16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
99.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	11.05.2026- 16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD

100.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
101.	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
102.	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/2/ https://pptcloud.ru/2klass/fizkultura https://lyl.su/fNmD
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	
1.	Физическая культура у древних народов	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
2.	История появления современного спорта	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
3.	Виды физических упражнений	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
4.	Техника безопасности при занятиях легкой атлетикой. Челночный бег	1	08.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
5.	Челночный бег	1	08.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
6.	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	08.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
7.	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
8.	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
9.	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA

				https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
10.	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1	22.09.2025- 27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
11.	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	22.09.2025- 27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
12.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	22.09.2025- 27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
13.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	29.09.2025- 04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
14.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	29.09.2025- 04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
15.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	29.09.2025- 04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
16.	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	06.10.2025- 11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
17.	Дозировка физических нагрузок	1	06.10.2025- 11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
18.	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	06.10.2025- 11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
19.	Строевые команды и упражнения	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

20.	Строевые команды и упражнения	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
21.	Передвижения по гимнастической скамейке	1	13.10.2025- 18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
22.	Передвижения по гимнастической скамейке	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
23.	Передвижения по гимнастической стенке	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
24.	Передвижения по гимнастической стенке	1	20.10.2025- 25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
25.	Прыжки через скакалку	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
26.	Прыжки через скакалку	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
27.	Ритмическая гимнастика	1	05.11.2025- 08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
28.	Ритмическая гимнастика	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
29.	Прыжок в длину с разбега	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
30.	Прыжок в длину с разбега	1	10.11.2025- 15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA

				https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
31.	Броски набивного мяча	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
32.	Броски набивного мяча	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
33.	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	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
34.	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	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
35.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
36.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
37.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
38.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

39.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
40.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
41.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
42.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
43.	Закаливание организма под душем	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
44.	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
45.	Техника безопасности при занятиях спортивными играми. Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
46.	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
47.	Спортивная игра футбол	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
48.	Спортивная игра футбол	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

49.	Подвижные игры с приемами футбола	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
50.	Подвижные игры с приемами футбола	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
51.	Подвижные игры с приемами футбола	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
52.	Техника безопасности при занятиях лыжной подготовкой	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
53.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
54.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
55.	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
56.	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
57.	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
58.	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
59.	Повороты на лыжах способом переступания	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA

				https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
60.	Повороты на лыжах способом переступания	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
61.	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
62.	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
63.	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
64.	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
65.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
66.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
67.	Техника безопасности при занятиях спортивными играми.	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
68.	Спортивная игра баскетбол	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
69.	Спортивная игра баскетбол	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

70.	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	02.03.2026-07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
71.	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	02.03.2026-07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
72.	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	02.03.2026-07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
73.	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	09.03.2026-14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
74.	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	09.03.2026-14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
75.	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	09.03.2026-14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
76.	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	16.03.2026-21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
77.	Спортивная игра волейбол	1	16.03.2026-21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
78.	Спортивная игра волейбол	1	16.03.2026-21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
79.	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	23.03.2026-28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
80.	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	23.03.2026-28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA

				https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
81.	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	23.03.2026-28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
82.	Подвижные игры с приемами волейбола	1	06.04.2026-11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
83.	Подвижные игры с приемами волейбола	1	06.04.2026-11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
84.	Подвижные игры с приемами волейбола	1	06.04.2026-11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
85.	Подвижные игры с приемами волейбола	1	13.04.2026-18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
86.	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1	13.04.2026-18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
87.	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	13.04.2026-18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
88.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	20.04.2026-25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
89.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	20.04.2026-25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
90.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	20.04.2026-25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

91.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	27.04.2026-30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
92.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	27.04.2026-30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
93.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	27.04.2026-30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
94.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
95.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
96.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
97.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
98.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
99.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
100.	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 степени	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://lyl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura

101.	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	18.05.2026- 23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
102.	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	18.05.2026- 23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/3/ https://ljl.su/gwbA https://pptcloud.ru/3klass/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	
1.	Из истории развития физической культуры в России	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1	01.09.2025-06.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
3.	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание первой помощи при травмах	1	08.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
4.	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	08.09.2025-13.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
5.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
6.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	15.09.2025-20.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
7.	Беговые упражнения	1	22.09.2025-27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
8.	Метание малого мяча на дальность	1	22.09.2025-27.09.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
9.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150 г	1	29.09.2025-04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC

10.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	29.09.2025-04.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
11.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	06.10.2025-11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
12.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	06.10.2025-11.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
13.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	13.10.2025-18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
14.	Самостоятельная физическая подготовка	1	13.10.2025-18.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
15.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	20.10.2025-25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
16.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	20.10.2025-25.10.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
17.	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	05.11.2025-08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
18.	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	05.11.2025-08.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
19.	Акробатическая комбинация	1	10.11.2025-15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
20.	Акробатическая комбинация	1	10.11.2025-15.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura

				https://lyl.su/OCfC
21.	Акробатическая комбинация	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
22.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	17.11.2025- 22.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
23.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
24.	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	24.11.2025- 29.11.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
25.	Обучение опорному прыжку	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
26.	Обучение опорному прыжку	1	01.12.2025- 06.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
27.	Упражнения на гимнастической перекладине	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
28.	Упражнения на гимнастической перекладине	1	08.12.2025- 13.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
29.	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
30.	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1	15.12.2025- 20.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC

31.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
32.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1	22.12.2025- 27.12.2025	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
33.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
34.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	12.01.2026- 17.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
35.	Закаливание организма	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
36.	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	19.01.2026- 24.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
37.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
38.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	26.01.2026- 31.01.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
39.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC

40.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	02.02.2026- 07.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
41.	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
42.	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	09.02.2026- 14.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
43.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
44.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	16.02.2026- 21.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
45.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
46.	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	23.02.2026- 28.02.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
47.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
48.	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	02.03.2026- 07.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
49.	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
50.	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1	09.03.2026- 14.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC

51.	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
52.	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	16.03.2026- 21.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
53.	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
54.	Упражнения из игры волейбол	1	23.03.2026- 28.03.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
55.	Упражнения из игры волейбол	1	06.04.2026- 11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
56.	Упражнения из игры баскетбол	1	06.04.2026- 11.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
57.	Упражнения из игры баскетбол	1	13.04.2026- 18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
58.	Упражнения из игры футбол	1	13.04.2026- 18.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
59.	Упражнения из игры футбол	1	20.04.2026- 25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
60.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	20.04.2026- 25.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
61.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	27.04.2026- 30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC

62.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	27.04.2026-30.04.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
63.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
64.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	04.05.2026-08.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
65.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
66.	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	11.05.2026-16.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
67.	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
68.	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	18.05.2026-23.05.2026	https://resh.edu.ru/subject/9/4/ https://pptcloud.ru/4klass/fizkultura https://lyl.su/OCfC
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1 КЛАСС

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

2 КЛАСС

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

3 КЛАСС

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

4 КЛАСС

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

А.П. Матвеев. Уроки физической культуры. Методические рекомендации.

1-4 классы. М: Просвещение

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

1. «Российская электронная школа», информационно-образовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя: <https://resh.edu.ru/> Уроки по Физической культуре 1-11 класс

2. ФГИС «МОЯ ШКОЛА»

3. Комплексный образовательный материал по физической культуре, включающий сценарии уроков, сценарии изучения тем, видеоуроки и тесты с автоматической проверкой для использования на уроках и самоподготовки учащихся.

ГАОУ ВО МГПУ

