

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

МУ Администрация МО "Ульяновский район"

МОУ Ишеевский многопрофильный лицей

РАССМОТРЕНО

Руководитель РМО

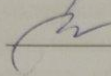


А.А. Тимохин

Протокол №1 от «17» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР



Г.А. Валиуллова

№
от «30» 08. 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



В.С. Гонсев

№ 910-02
от «30» 08. 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 585916)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1 классов

пгт Ишеевка, 2023-2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

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

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

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

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

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

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лыжная подготовка

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

Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **1 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

К концу обучения в **1 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
1.2	Осанка человека	1			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в	1			Российская

	режиме дня школьника				электронная школа https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2.2	Лыжная подготовка	12			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2.3	Легкая атлетика	18			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2.4	Подвижные и спортивные игры	19			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		67			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	26			Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
Итого по разделу		26			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 д КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (план)	Дата изучения (факт)	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		В с е г о	Контрольные работы	Практически е работы			
1	Что такое физическая культура	1			01.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2	Правила поведения на уроках физической культуры	1			05.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
3	Современные физические упражнения	1			06.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
4	Чем отличается ходьба от бега	1			08.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
5	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			12.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
6	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			13.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

7	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			15.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
8	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			19.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
9	Правила выполнения прыжка в длину с места	1			20.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
10	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1			22.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
11	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			26.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1			27.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
13	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами. Тестирование №1	1			29.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
14	Приземление после спрыгивания с горки матов	1			03.10		Российская электронная школа

							https://resh.edu.ru/
15	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1			04.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
16	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1			06.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
17	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1			17.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
18	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1			18.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
19	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1			20.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
20	Разучивание фазы приземления из прыжка	1			24.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
21	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1			25.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
22	Осанка человека. Упражнения для осанки	1			27.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
23	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток	1			31.10		Российская электронная школа

	в режиме дня школьника						https://resh.edu.ru/
24	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1			01.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
25	Исходные положения в физических упражнениях	1			03.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
26	Учимся гимнастическим упражнениям	1			07.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
27	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1			08.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
28	Акробатические упражнения, основные техники	1			10.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
29	Акробатические упражнения, основные техники	1			14.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
30	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			15.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
31	Способы построения и повороты стоя на месте	1			17.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
32	Стилизованные передвижения	1			28.11		Российская электронная школа

	(гимнастический шаг, бег)						https://resh.edu.ru/
33	Гимнастические упражнения с мячом	1			29.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
34	Гимнастические упражнения со скакалкой	1			01.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
35	Гимнастические упражнения в прыжках	1			05.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
36	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1			06.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
37	Подъем ног из положения лежа на животе	1			08.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
38	Сгибание рук в положении упор лежа	1			12.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
39	Разучивание прыжков в группировке	1			13.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
40	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1			15.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
41	Считалки для подвижных игр	1			19.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

42	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			20.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
43	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			22.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
44	Обучение способам организации игровых площадок	1			26.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
45	Обучение способам организации игровых площадок	1			27.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
46	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			29.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
47	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			09.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
48	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			10.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
49	Упражнения в передвижении на лыжах	1			12.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
50	Упражнения в передвижении на лыжах	1			16.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
51	Имитационные упражнения				17.01		Российская электронная

	техники передвижения на лыжах	1					школа https://resh.edu.ru/
52	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			19.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
53	Техника ступающего шага во время передвижения	1			23.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
54	Техника ступающего шага во время передвижения	1			24.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
55	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			26.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
56	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			30.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
57	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			31.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
58	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			02.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1			06.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
60	Освоение правил и техники				07.02		Российская электронная

	выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1					школа https://resh.edu.ru/
61	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			09.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
62	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1			13.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
63	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1			14.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
64	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			16.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
65	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			27.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
66	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			28.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
67	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			01.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
68	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			05.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
69	Разучивание подвижной				12.03		Российская электронная

	игры «Брось-поймай»	1					школа https://resh.edu.ru/
70	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			13.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
71	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			15.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
72	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			19.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
73	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Тестирование №2	1			20.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
74	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			22.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
75	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			26.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
76	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			27.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
77	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1			29.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

78	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1			02.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			03.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			05.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			16.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1			17.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1			19.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти	1			23.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

	минутный бег. Подвижные игры						
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			24.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			26.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			30.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			03.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные	1			07.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

	игры						
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1			08.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			14.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			15.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			17.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			18.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			21.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			22.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
97	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1			24.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1			28.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
99	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			29.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		9 9	0	0			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 е КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (план)	Дата изучения (факт)	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1.	Что такое физическая культура	1			04.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2.	Правила поведения на уроках физической культуры	1			06.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
3.	Современные физические упражнения	1			07.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
4.	Чем отличается ходьба от бега	1			11.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
5.	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			13.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
6.	Обучение равномерному бегу в	1			14.09		Российская

	колонне по одному с невысокой скоростью						электронная школа https://resh.edu.ru/
7.	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			18.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
8.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			20.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
9.	Правила выполнения прыжка в длину с места	1			21.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
10	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1			25.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
11	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			27.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1			28.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
13	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами.	1			02.10		Российская электронная

	Тестирование №1						школа https://resh.edu.ru/
14	Приземление после спрыгивания с горки матов	1			04.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
15	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1			05.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
16	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1			16.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
17	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1			18.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
18	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1			19.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
19	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1			23.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
20	Разучивание фазы приземления из прыжка	1			25.10		Российская электронная школа

							https://resh.edu.ru/
21	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1			26.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
22	Осанка человека. Упражнения для осанки	1			30.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
23	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1			01.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
24	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1			02.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
25	Исходные положения в физических упражнениях	1			08.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
26	Учимся гимнастическим упражнениям	1			09.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
27	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1			13.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

28	Акробатические упражнения, основные техники	1			15.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
29	Акробатические упражнения, основные техники	1			16.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
30	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			27.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
31	Способы построения и повороты стоя на месте	1			29.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
32	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1			30.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
33	Гимнастические упражнения с мячом	1			04.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
34	Гимнастические упражнения со скакалкой	1			06.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
35	Гимнастические упражнения в	1			07.12		Российская

	прыжках						электронная школа https://resh.edu.ru/
36	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1			11.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
37	Подъем ног из положения лежа на животе	1			13.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
38	Сгибание рук в положении упор лежа	1			14.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
39	Разучивание прыжков в группировке	1			18.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
40	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1			20.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
41	Считалки для подвижных игр	1			21.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
42	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			25.12		Российская электронная

							школа https://resh.edu.ru/
43	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			27.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
44	Обучение способам организации игровых площадок	1			28.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
45	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			08.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
46	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			10.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
47	Упражнения в передвижении на лыжах	1			11.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
48	Упражнения в передвижении на лыжах	1			15.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
49	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			17.01		Российская электронная школа

							https://resh.edu.ru/
50	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			18.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
51	Техника ступающего шага во время передвижения	1			22.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
52	Техника ступающего шага во время передвижения	1			24.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
53	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			25.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
54	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			29.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
55	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			31.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
56	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			01.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1			05.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1			07.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
59	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			08.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
60	Обучение способам организации игровых площадок	1			12.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
61	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			14.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
62	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			15.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
63	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1			26.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
64	Разучивание подвижной игры	1			28.02		Российская

	«Охотники и утки»						электронная школа https://resh.edu.ru/
65	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			29.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
66	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			04.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
67	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			06.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
68	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			07.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
69	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			11.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
70	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			13.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
71	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			14.03		Российская электронная

							школа https://resh.edu.ru/
72	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			18.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
73	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			20.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
74	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Тестирование №2	1			21.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
75	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			25.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
76	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			27.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
77	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			01.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
78	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1			03.04		Российская электронная школа

							https://resh.edu.ru/
79	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1			04.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			15.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			17.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			18.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1			22.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1			24.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1			25.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			29.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			02.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			06.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			08.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1			12.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя	1			13.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

	ногами. Подвижные игры						
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			15.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			16.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			20.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			22.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			23.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
97	Освоение правил и техники выполнения норматива	1			27.05		Российская электронная

	комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры						школа https://resh.edu.ru/
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1			29.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1			30.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 ж КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения (план)	Дата изучения (факт)	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1.	Что такое физическая культура	1			01.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
2.	Правила поведения на уроках физической культуры	1			05.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
3.	Современные физические упражнения	1			07.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
4.	Чем отличается ходьба от бега	1			08.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
5.	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			12.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
6.	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			14.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
7.	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			15.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

8.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			19.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
9.	Правила выполнения прыжка в длину с места	1			21.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
10	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1			22.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
11	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			26.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1			28.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
13	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами. Тестирование №1	1			29.09		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
14	Приземление после спрыгивания с горки	1			03.10		Российская электронная школа

	матов						https://resh.edu.ru/
15	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1			05.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
16	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1			06.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
17	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1			17.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
18	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1			19.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
19	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1			20.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
20	Разучивание фазы приземления из прыжка	1			24.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
21	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1			26.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
22	Осанка человека. Упражнения для осанки	1			27.10		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
23	Комплексы утренней зарядки и	1			31.10		Российская электронная школа

	физкультминутки в режиме дня школьника						https://resh.edu.ru/
24	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1			02.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
25	Исходные положения в физических упражнениях	1			03.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
26	Учимся гимнастическим упражнениям	1			07.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
27	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1			09.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
28	Акробатические упражнения, основные техники	1			10.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
29	Акробатические упражнения, основные техники	1			14.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
30	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			16.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
31	Способы построения и повороты стоя на месте	1			17.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
32	Стилизованные	1			28.11		Российская электронная

	передвижения (гимнастический шаг, бег)						школа https://resh.edu.ru/
33	Гимнастические упражнения с мячом	1			30.11		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
34	Гимнастические упражнения со скакалкой	1			01.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
35	Гимнастические упражнения в прыжках	1			05.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
36	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1			07.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
37	Подъем ног из положения лежа на животе	1			08.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
38	Сгибание рук в положении упор лежа	1			12.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
39	Разучивание прыжков в группировке	1			14.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
40	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1			15.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
41	Считалки для	1			19.12		Российская электронная

	подвижных игр						школа https://resh.edu.ru/
42	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			21.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
43	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			22.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
44	Обучение способам организации игровых площадок	1			26.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
45	Обучение способам организации игровых площадок	1			28.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
46	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			29.12		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
47	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			09.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
48	Строевые упражнения с лыжами в руках	1			11.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
49	Упражнения в передвижении на лыжах	1			12.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
50	Упражнения в	1			16.01		Российская электронная

	передвижении на лыжах						школа https://resh.edu.ru/
51	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			18.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
52	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1			19.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
53	Техника ступающего шага во время передвижения	1			23.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
54	Техника ступающего шага во время передвижения	1			25.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
55	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			26.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
56	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1			30.01		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
57	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			01.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
58	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1			02.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1			06.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1			08.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
61	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1			09.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
62	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			13.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
63	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1			15.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
64	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1			16.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
65	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1			27.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
66	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			29.02		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

67	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1			01.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
68	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			05.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
69	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1			07.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
70	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			12.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
71	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1			14.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
72	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			15.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
73	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1			19.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
74	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью. Тестирование №2	1			21.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
75	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			22.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

76	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			26.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
77	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			28.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
78	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1			29.03		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
79	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1			02.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			04.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			05.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
82	Освоение правил и техники выполнения	1			16.04		Российская электронная школа

	норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры						https://resh.edu.ru/
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1			18.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1			19.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1			23.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			25.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			26.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			30.04		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			02.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1			03.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1			07.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
92	Освоение правил и	1			14.05		Российская электронная

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры						школа https://resh.edu.ru/
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			16.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			17.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			21.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег	1			23.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/

	3*10м. Подвижные игры						
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			24.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
98	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1			28.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
99	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1			30.05		Российская электронная школа https://resh.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0			

ПРИЛОЖЕНИЕ

Лист корректировки календарно-тематического планирования

Предмет: Физическая культура

Класс: 1 д,е, ж

Учитель: Стехонина Ю.А.

2023-2024 учебный год

[illegible]

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Физическая культура, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 1-4-е классы: учебник: в 2 частях, 1-4 классы/ Винер-Усманова И.А., Цыганкова О. Д. / под ред. Винер-Усмановой И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 1-й класс: учебник, 1 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 2-й класс: учебник, 2 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура. Гимнастика (в 2 частях), 1-4 классы/ Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д.; под редакцией Винер И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>