

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №60
ИМЕНИ ГЕРОЕВ КУРСКОЙ БИТВЫ»

ПРИНЯТА

Решением педагогического совета
МБОУ «СОШ № 60 им. героев Кур-
ской битвы»
Протокол №8 от 26.05.2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом МБОУ «СОШ № 60
им. героев Курской битвы»
от 26.05.2025 г. №432 ОД
Директор школы **О.Л. Чурилова**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
00E9444EBE4C1D9042AFF7744AC68E350B
Владелец: Чурилова Ольга Леонидовна
Действителен: с 11.07.2024 до 04.10.2025

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО
ПРЕДМЕТА
Физическая культура
1-4 класс**

1. Содержание учебного предмета

1-й 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-й 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-й 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. Пере-

движения 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.

Плавательная подготовка.

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

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с 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-й 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.

Плавательная подготовка

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

Подвижные и спортивные игры

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

2. Планируемые результаты освоения программы

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 ошибках;

- 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-м 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 ее нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

К концу обучения во **2-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультурминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры 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;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с 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.

К концу обучения в **3-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы ее регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупре-

ждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;

- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в **4-м классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;

- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты

1-й класс

К концу обучения в **1-м 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.

2-й класс

К концу обучения во **2-м 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, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с

- пололого 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.

3-й класс

К концу обучения в **3-м 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.

4-й класс

К концу обучения в **4-м 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 си-

стем;

- 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 пяти–семи хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору обучающегося);
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Название разделов и тем		Домашнее задание	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Правила техники безопасности при занятиях физической культурой в зале, на улице	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/06/02/prezentatsiya-fizicheskaya-kultura	Формирование установки на здоровый образ жизни
2	Основные направления физической культуры и спорта. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/9/1/?ysclid=ln7c9fxhyt508855802	Формирование установки на здоровый образ жизни
3	Основные разделы урока. Исходные положения в физических упражнениях	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/?ysclid=ln7c9r70yx130107725	Формирование установки на здоровый образ жизни
4	Основные правила подбора одежды для занятий физической культурой, спортом. Знакомство с основным спортивным оборудованием в школе	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/conspect/?ysclid=ln7ca5gl6i768758160	Формирование установки на здоровый образ жизни
5	Техника выполнения основных строевых команд. Техника выполнения строевых упражнений	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/?ysclid=ln7canr09v620660717	Формирование установки на здоровый образ жизни

6	Здоровый образ жизни. Составление комплекса упражнений для утренней зарядки, физкультминутки.	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/main/?ysclid=ln7cb45bra548998597	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
7	Принципы закаливания. Техника выполнения оздоровительных упражнений и комплексов	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/stroevye-uprazhneniia-5.html?ysclid=ln7cet0nde372460522	Формирование установки на здоровый образ жизни
8	Самоконтроль: техника дыхания и выполнения физических упражнений; внешние признаки утомления во время занятий физической культурой	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/?ysclid=ln7cfass5n104493987	Формирование установки на здоровый образ жизни
9	Техника выполнения спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/conspect/?ysclid=ln7cfs5pv133346580	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
10	Проектирование и выполнение игровых заданий	1	ОФП (общая физическая подготовка)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/conspect/?ysclid=ln7cko4up1813064367	развитие психических процессов и свойств личности
11	Основные элементы физических упражнений	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/conspect/?ysclid=ln7cko4up1813064367	развитие психических процессов и свойств личности
12	Организующие команды и приемы при построении, передвижении, расчёте	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5582/conspect/?ysclid=ln7cl3lxyx853633955	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
13	Техника выполнения шагов: приставные	1	ОФП	https://multiurok.ru/files/obshchierazvivaishchiie-uprazhneniia-s-	воспитание потребности и умения самостоятельно

	шаги вперёд, в сторону на полной стопе; шаги с продвижением вперёд на носках, пятках, на полной стопе; шаги с наклоном туловища вперед, в сторону			malym-miachom-dlia-1-klassa.html?ysclid=ln7clqzyyo453781139	заниматься физическими упражнениями
14	Техника выполнения различных видов гимнастического бега	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/conspect/?ysclid=ln7cm2ul8r848482192	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
15	Техника выполнения небольших прыжков в полном приседе	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln7cmixa5q595355037	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
16	Техника выполнения упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата. Характерные ошибки при выполнении упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5584/conspect/?ysclid=ln7cmyzpo574461764	Формирование установки на здоровый образ жизни
17	Техника выполнения упражнений для формирования стопы; для увеличения эластичности мышц стопы	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/main/?ysclid=ln7cb45bra548998597	Формирование установки на здоровый образ жизни
18	Техника выполнения упражнений для увеличения	1	ОРУ	https://begunov.net/voprosy-o-bege/chem-otlichaetsya-hodba-	воспитание потребности и умения самостоятельно

	подвижности голеностопного сустава			ot-bega?ysclid=ln7kyf02p0983793190	заниматься физическими упражнениями
19	Техника выполнения упражнений для растяжки задней поверхности бедра	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/conspect/?ysclid=ln7kyq6brt794585536	Формирование установки на здоровый образ жизни
20	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/conspect/?ysclid=ln7kyq6brt794585536	развитие психических процессов и свойств личности
21	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/train/189315/?ysclid=ln7kz4xopt730406373	Формирование установки на здоровый образ жизни
22	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/train/189315/?ysclid=ln7kz4xopt730406373	Формирование установки на здоровый образ жизни
23	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц спины; для разогревания мышц спины	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/conspect/?ysclid=ln7kzkqrcq197124560	развитие психических процессов и свойств личности
24	Техника выполнения упражнений для развития гибкости позвоночника; для увеличения подвижности плечевого пояса	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/conspect/?ysclid=ln7kzkqrcq197124560	развитие психических процессов и свойств личности
25	Техника выполнения различных видов ходьбы для развития координации. Техника выполнения различных видов бега для развития координации	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/conspect/?ysclid=ln7kzkqrcq197124560	Формирование установки на здоровый образ жизни
26	Техника выполнения	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/	Формирование установки на

	подскоков и прыжков через скакалку			conspect/?ysclid=ln7kzkqrcq197124560	здоровый образ жизни
27	Техника выполнения упражнений с мячом: баланс, передача, отбивы	1	ОФП	https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-khodba-i-beg-v-kolonne-1-klass.html?ysclid=ln710in8zs19302333	развитие психических процессов и свойств личности
28	Техника выполнения упражнений с мячом: перекаты, броски, переброски, ловли	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-khodba-i-beg-v-kolonne-1-klass.html?ysclid=ln710in8zs19302333	Формирование установки на здоровый образ жизни
29	Техника вращения кистью руки скакалки, сложенной вчетверо. Техника вращения вдвое сложенной скакалки в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях.	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/conspect/?ysclid=ln710xka5m342620535	развитие психических процессов и свойств личности
30	Техника выполнения специальных упражнений: повороты, прыжки	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/conspect/?ysclid=ln710xka5m342620535	Формирование установки на здоровый образ жизни
31	Техника выполнения специальных упражнений: равновесия	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/conspect/?ysclid=ln71bh84b3801785871	развитие психических процессов и свойств личности
32	Методика контроля величины нагрузки и дыхания при выполнении упражнений	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/conspect/?ysclid=ln71bh84b3801785871	Формирование установки на здоровый образ жизни
33	Основные правила проведения ролевых подвижных игр. Ролевые	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4764/conspect/?ysclid=ln71c01fd093774621	Формирование установки на здоровый образ жизни

	подвижные игры				
34	Формирование навыков участия в общеразвивающих играх	1	ОФП	https://studfile.net/preview/5674800/page:13/	развитие психических процессов и свойств личности
35	Техника выполнения гимнастических упражнений в игровой деятельности и в общеразвивающих играх	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5742/conspect/?ysclid=ln7lcuk3mq301702685	Формирование установки на здоровый образ жизни
36	Техника выполнения гимнастических упражнений в игровой деятельности и в общеразвивающих играх	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4183/conspect/?ysclid=ln7le163my361847817	Формирование установки на здоровый образ жизни
36	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/conspect/?ysclid=ln7led4uzt484691472	развитие психических процессов и свойств личности
37	Игровые задания, направленные на тестирование гибкости и координационно-скоростных способностей	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/?ysclid=ln7lf3pwus514516998	развитие психических процессов и свойств личности
38	Игры с гимнастическим предметом. Проектирование и проведение игр с гимнастическим предметом	1	ОРУ	https://nsportal.ru/detskiy-sad/fizkultura/2016/02/17/schitalochki-dlya-podvizhnyh-igr	развитие психических процессов и свойств личности
39	Основные правила участия в спортивных эстафетах с гимнастическим и предметами. Спортивные эстафеты со скакалкой	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/conspect/?ysclid=ln7lfux8jn302165881	Формирование установки на здоровый образ жизни
40	Спортивные эстафеты с мячом	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-	развитие психических процессов и

				nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	свойств личности
41	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом	1	ОФП	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	развитие психических процессов и свойств личности
42	Организующие команды при построении, передвижении, перестроении	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	развитие психических процессов и свойств личности
43	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование осанки; на развитие гибкости	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	развитие психических процессов и свойств личности
44	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на развитие координации	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	Формирование установки на здоровый образ жизни
45	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на развитие координации	1	ОФП	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	развитие психических процессов и свойств личности
46	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	развитие психических процессов и свойств личности
47	Техника выполнения	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-	Формирование установки на

	гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц бедер			ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	здоровый образ жизни
48	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц бедер	1	ОФП	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	Формирование установки на здоровый образ жизни
49	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины	1	ОРУ	https://multiurok.ru/files/podvizhnyie-ighry-dlia-dietiei-nachal-nykh-klassov.html?ysclid=ln7lgar8l6867537082	развитие психических процессов и свойств личности
50	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-vedenie-myacha-1835247.html?ysclid=ln7latie2g824362279	развитие психических процессов и свойств личности
51	Техника выполнения комбинаций упражнений общей разминки для подготовки к физическим нагрузкам	1	ОРУ	https://www.gto.ru/history?ysclid=ln7li13ox4911970374	Формирование установки на здоровый образ жизни
52	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspet/?ysclid=ln7la9t0y1525243241	Формирование установки на здоровый образ жизни
53	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры с отведение ноги вперед, назад, в сторону, не отрывая от носка	1	ОФП	https://runetmir.com/sportnorm/normativy-bega-30-metrov?ysclid=ln7l9u38sy548142687	развитие психических процессов и свойств личности

54	Техника выполнения спортивных упражнений на выталкивание соперника, на перетягивание соперника в свою сторону	1	ОРУ	https://fk12.ru/ucheniku/normativy?ysclid=ln719az8q2253571555	Формирование установки на здоровый образ жизни
55	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника одной рукой, двумя руками	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5585/conspect/?ysclid=ln718q2jia350937249	развитие психических процессов и свойств личности
56	Техника выполнения подводящих упражнений к выполнению шпагатов, упражнения «мост»	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln717y9fzq6328206	развитие психических процессов и свойств личности
57	Техника выполнения подводящих упражнений к выполнению шпагатов, упражнения «кувырок»	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln717y9fzq6328206	Формирование установки на здоровый образ жизни
58	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование осанки; на развитие гибкости	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln717kzclq357009032	развитие психических процессов и свойств личности
59	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжки-и-в-длинну-с-места/	Формирование установки на здоровый образ жизни
60	Техника выполнения гимнастических	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-	развитие психических процессов и

	упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины			испытаний/прыжок и-в-длину-с-места/	свойств личности
61	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1	ОФП	https://www.gto.ru/recomendations/56eacdb5b5cf1c1f018b456f?ysclid=ln716n6new663869904	развитие психических процессов и свойств личности
62	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1	ОФП	https://www.gto.ru/recomendations/56eacdb5b5cf1c1f018b456f?ysclid=ln716n6new663869904	Формирование установки на здоровый образ жизни
63	Техника выполнения комбинаций упражнений общей разминки для подготовки к физическим нагрузкам	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/?ysclid=ln71681vn1553524837	развитие психических процессов и свойств личности
64	Техника выполнения комбинаций упражнений общей разминки для подготовки к физическим нагрузкам	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/?ysclid=ln71681vn1553524837	Формирование установки на здоровый образ жизни
65	участие в спортивных эстафетах с гимнастическим и предметами. Спортивные эстафеты со скакалкой	1	ОРУ	https://xmelevka.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/fiz_ra_23_24.pdf?ysclid=ln715g4ahf402224344	Формирование установки на здоровый образ жизни
66	участие в спортивных эстафетах с гимнастическим и предметами. Спортивные эстафеты со	1	ОРУ	https://xmelevka.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/fiz_ra_23_24.pdf?ysclid=ln715g4ahf402224344	Формирование установки на здоровый образ жизни

	скалкой				
	Ритмическая гимнастика	33			
1	Вводное занятие	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://infourok.ru/plankonspekt-vvodnogo-zanyatiya-po-horeografii-na-temu-osnovnie-napravleniya-horeografii-istoriya-razvitiya-tancev-deti-let-3726875.html?ysclid=lxsnuf24kn964854951	Развитие психических процессов и свойств личности.
2	Виды танцевальных движений.	1	ОРУ	https://infourok.ru/tancevalnie-shagi-na-urokah-fizkulturi-dlya-mladshih-shkolnikov-456891.html?ysclid=lxsnvy5ndq146510562	Развитие психических процессов и свойств личности.
3	Культура движения. Гимнастика.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/konspekt-uroka-pofgos-tema-gimnastika-1-klass-4090942.html?ysclid=lxsnx3stxk500993933	Развитие психических процессов и свойств личности.
4	Общие принципы выполнения гимнастических упражнений.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/konspekt-uroka-pofgos-tema-gimnastika-1-klass-4090942.html?ysclid=lxsnym58gn252188323	Развитие психических процессов и свойств личности.
5	Гимнастический шаг и бег.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/plan-konspekt-pofiz-kulture-beg-i-hodba-4597048.html?ysclid=lxsnzq9vq8222307310	Формирование установки на здоровый образ жизни.
6	Основные хореографические позиции ног.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/prezentaciya-test-pozicii-nog-v-klassicheskom-tance-1-4-klass-4970959.html?ysclid=lxso148r1x876732331	Формирование установки на здоровый образ жизни.
7	Основные	1	ОРУ	https://infourok.ru/	Формирование

	хореографические позиции рук.			pozicii-ruk-v-horeografii-6230599.html?ysclid=lxso1zfu5a81816998	установки на здоровый образ жизни.
8	Комбинирование позиций рук и ног.	1	Упражнения на гибкость	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2022/11/24/prezentatsiya-polozhenie-ruk-i-nog-v-klassicheskom-tantse	Развитие психических процессов и свойств личности.
9	Техника выполнения гимнастического шага.	1	ОРУ	https://infourok.ru/plankonspekt-pofizicheskoy-kulture-klass-razdel-gimnastika-tema-povorotina-pravo-nalevo-komanda-klass-shagom-marsh-klass-stoy-h-2825209.html?ysclid=lxso3qqsqb903622504	Развитие психических процессов и свойств личности.
10	Техника выполнения шагов: приставные шаги вперёд, в сторону на полной стопе; шаги с продвижением вперёд на носках, пятках, на полной стопе; шаги с наклоном туловища вперед, в сторону.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/stroevye-uprazhneniya-i-tehnika-hodby-1-klass-4465188.html?ysclid=lxso4pfnp1206911227	Формирование установки на здоровый образ жизни.
11	Техника выполнения небольших прыжков в полном приседе	1	ОРУ	https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-uprazhneniya-sposobstvuyuschie-razvitiyu-priguchesti-pofgos-1733586.html?ysclid=lxso5oc3b187189188	Формирование установки на здоровый образ жизни.
12	Техника выполнения	1	Упражнения на	https://nsportal.ru/nachalnaya-	Формирование установки на

	различных видов гимнастического бега.		гибкость	shkola/fizkultura/2020/01/09/konspekt-uroka-fizicheskoy-kultury-spetsialnye-begovye	здоровый образ жизни.
13	Техника выполнения упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата.	1	Упражнения на гибкость	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/04/06/kompleksy-obshcherazvivayushchih-uprazhneniy-dlya	Развитие психических процессов и свойств личности.
14	Техника выполнения упражнений для формирования стопы; для увеличения эластичности мышц стопы.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/uprazhneniya-dlya-ukrepleniya-stopi-2276415.html?ysclid=lxso9kooy2273775358	Развитие психических процессов и свойств личности.
15	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности голеностопного сустава.	1	Упражнения на гибкость	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2014/11/05/uprazhneniya-na-ukreplenie-myshts-golenostopnykh-sustavov-i	Формирование установки на здоровый образ жизни.
16	Техника выполнения упражнений для выворотности стоп; для укрепления мышц стопы.	1	Упражнения на гибкость	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-parternaya-razminka-uprazhneniya-dlya-rastyazhki-zadnej-poverhnosti-myshts-bedra-i-formirovaniya-vyvorotnosti-6311336.html?ysclid=lxsobblvht569317531	Формирование установки на здоровый образ жизни.
17	Техника выполнения упражнений для растяжки задней поверхности бедра.	1	ОРУ	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-parternaya-razminka-uprazhneniya-dlya-rastyazhki-zadnej-poverhnosti-myshts-bedra-i-formirovaniya-vyvorotnosti-6311336.html?ysclid=lxsoc86jrc86686	Формирование установки на здоровый образ жизни.

				78	
18	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног.	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-1-klassa-na-temu-ritmika-uprazhneniya-dlya-profilaktiki-ploskostopiya-5417277.html?ysclid=lxso btn3s684505328	Развитие психических процессов и свойств личности.
19	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	1	ОРУ	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/04/09/bazovye-dvizheniya-aerobiki-uprazhneniya-dlya-razvitiya	Развитие психических процессов и свойств личности.
20	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц спины; для разогревания мышц спины.	1	ОРУ	https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kulturi-formirovanie-osanki-klass-1495803.html?ysclid=lxsoezhnhx11957650	Формирование установки на здоровый образ жизни.
21	Техника выполнения упражнений для развития гибкости позвоночника; для увеличения подвижности плечевого пояса.	1	ОРУ	https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-razvitiy-gibkosti-mladshih-shkolnikov-6-7-let-na-urokah-fizicheskoy-kultury-6966889.html?ysclid=lxsofwcr6x897576595	Формирование установки на здоровый образ жизни.
22	Техника выполнения различных видов ходьбы для развития координации.	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-legkaya-atletika-1-klass-6299426.html?ysclid=lxso gs9nep339428217	Формирование установки на здоровый образ жизни.
23	Техника выполнения различных видов бега для развития координации.	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-legkaya-atletika-1-klass-6299426.html?ysclid=lxso gs9nep339428217	Развитие психических процессов и свойств личности.
24	Техника	1	ОРУ	https://infourok.ru/	Развитие

	выполнения подскоков и прыжков через скакалку.			obuchenie-prizhkam-cherez-skakalku-klass-1906252.html?ysclid=lxsoi3u3j727302300	психических процессов и свойств личности.
25	Техника выполнения танцевальных шагов.	1	ОРУ	https://infourok.ru/urok-fizkultury-v-1-klasse-5531010.html?ysclid=lxsoj2xvj641710177	Формирование установки на здоровый образ жизни.
26	Техника выполнения специальных упражнений: повороты, прыжки.	1	Приседания	https://infourok.ru/metodika-nachalnogo-obucheniya-prizhkam-v-klasse-1682641.html?ysclid=lxsojtrvt0438290555	Формирование установки на здоровый образ жизни.
27	Техника выполнения гимнастических упражнений в игровой деятельности и в общеразвивающих играх.	1	Приседания	https://infourok.ru/plankonspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-obscherazvivayushchie-uprazhneniya-v-gruppah-klass-467517.html?ysclid=lxsoqpfry314869143	Формирование установки на здоровый образ жизни.
28	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование стопы.	1	Приседания	https://infourok.ru/konspekt-zanyatiya-po-teme-parternaya-gimnastika-uprazhneniya-dlyastopi-vityanutost-nosochkov-2721872.html?ysclid=lxsolndfkd35564490	Развитие психических процессов и свойств личности.
29	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование осанки; на развитие гибкости.	1	Приседания	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-parternaya-gimnastika-1-klass-6294730.html?ysclid=lxsoqcsix3426497643	Формирование установки на здоровый образ жизни.
30	Техника выполнения гимнастических	1		https://infourok.ru/otkrytyj-urok-parternaya-	Формирование установки на здоровый образ

	упражнений партерной разминки на развитие координации.			gimnastika-1-klass-6294730.html?ysclid=lxSORGNMVG501982867	жизни.
31	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса.	1	Приседания	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-parternaya-gimnastika-1-klass-6294730.html?ysclid=lxSOSB7eat246729861	Формирование установки на здоровый образ жизни.
32	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц бедер.	1	Приседания	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-parternaya-gimnastika-1-klass-6294730.html?ysclid=lxSOT4ayp5400410097	Развитие психических процессов и свойств личности.
33	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины. Подведение итогов.	1	Приседания	https://infourok.ru/otkrytyj-urok-parternaya-gimnastika-1-klass-6294730.html?ysclid=lxSOTw1us6453169114	Развитие психических процессов и свойств личности.

2 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Количество во академических часов	Домашнее задание	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/conspsect/?ysclid=ln7cx1v46s535244429	развитие психических процессов и свойств личности
2	Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/conspsect/?ysclid=ln7msikw6x284695894	Формирование установки на здоровый образ жизни

	комплексов упражнений для формирования правильной осанки				
3	Олимпийское движение: история и современность. Структура российского спортивного движения	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/conspect/	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
4	Методика наблюдений за динамикой своего физического развития. Осанка и ее влияние на физическое здоровье. Методика контроля осанки	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/conspect/?ysclid=ln7mtcymxd338097333	развитие психических процессов и свойств личности
5	Краткая характеристика основных физических качеств.	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/conspect/?ysclid=ln7mtvi85h550617154	развитие психических процессов и свойств личности
6	Различие упражнений по воздействию на развитие основных физических качеств. Отбор и составление упражнений основной гимнастики для тренировки отдельных мышц, физических качеств и способностей	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/?ysclid=ln7muaauk9868153830	Формирование установки на здоровый образ жизни
7	Здоровый образ жизни и способы его формирования	1	ОФП (общая физическая подготовка)	https://resh.edu.ru/subject/9/2/?ysclid=ln7mvz6nw4858647268	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
8	Проектирование и модернизация	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/	Формирование установки на

	ролевых игр и спортивных эстафет			main/?ysclid=ln7mх3oj67946620340	здоровый образ жизни
9	Практика проведения общеразвивающих, спортивных, туристических игр и игровых заданий, спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4067/conspect/?ysclid=ln7myfgn71475495871	развитие психических процессов и свойств личности
10	Практика проведения ролевых игр	1	СБУ (Специальный обеговые упражнения)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/?ysclid=ln7mzbe8yi679435831	Формирование установки на здоровый образ жизни
11	Практика выполнения организующих команд и приёмов	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/conspect/?ysclid=ln7n08imkm5231245	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
12	Техника выполнения упражнений общей разминки. Практика выполнения упражнений общей разминки	1	СБУ	https://kladraz.ru/blogs/svetlana-viktorovna-koreshkova/urok-po-fizkulture-vo-2-klase-shkoly-8-vida.html?ysclid=ln7n2tpuiw803494255	развитие психических процессов и свойств личности
13	Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания. Техника выполнения гимнастического бега с контролем дыхания	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/conspect/?ysclid=ln7n678687977741584	Формирование установки на здоровый образ жизни
14	Основные правила выполнения упражнений общей разминки	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/conspect/?ysclid=ln7n678687977741584	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
15	Техника	1	ОРУ	https://nsportal.ru/s	Формирование

	выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины, для разогревания мышц спины			hkola/fizkultura-i-sport/library/2013/11/22/urok-dlya-2-klassa-uprazhneniya-s-myachami	установки на здоровый образ жизни
16	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника, для развития подвижности плечевого пояса	1	ОРУ	https://nsportal.ru/sport/library/2013/11/22/urok-dlya-2-klassa-uprazhneniya-s-myachami	развитие психических процессов и свойств личности
17	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности в тазобедренных суставах	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://multiurok.ru/files/pravila-povedeniia-na-urokakh-liogkoi-atletiki.html?ysclid=ln7nr1ts8q419314755	Формирование установки на здоровый образ жизни
18	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/?ysclid=ln7nrhljcm240564776	Формирование установки на здоровый образ жизни
19	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/?ysclid=ln7nrhljcm240564776	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
20	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/main/?ysclid=ln7nrwxri0670460438	Формирование установки на здоровый образ жизни
21	Техника выполнения упражнений партерной разминки для	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/main/?ysclid=ln7nrwxri0670460438	Формирование установки на здоровый образ жизни

	развития подвижности в тазобедренных суставах				
22	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации	1	ОРУ	https://nsportal.ru/skcola/fizkultura-i-sport/library/2018/12/06/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-ravnovesie-hodba	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
23	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития гибкости	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/?ysclid=ln7ntrq8aj158223265	Формирование установки на здоровый образ жизни
24	Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/?ysclid=ln7ntrq8aj158223265	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
25	Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/?ysclid=ln7ntrq8aj158223265	Формирование установки на здоровый образ жизни
26	Техника выполнения приземления после прыжка	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/conspect/?ysclid=ln7nuayf2f472790412	Формирование установки на здоровый образ жизни
27	Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/conspect/?ysclid=ln7nuayf2f472790412	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
28	Основные правила выполнения акробатических упражнений	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4770/conspect/?ysclid=ln7nur2nwe745024452	Формирование установки на здоровый образ жизни
29	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперед, кувырок назад	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4770/conspect/?ysclid=ln7nur2nwe745024452	Формирование установки на здоровый образ жизни

30	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперед, кувырок назад	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/?ysclid=ln7nvrp29k736485299	Формирование установки на здоровый образ жизни
31	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный, колесо	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/?ysclid=ln7nvrp29k736485299	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
32	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: «мост» из положения сидя, «мост» из положения стоя, подъем из положения «мост»	1	ОРУ	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжки-и-в-длину-с-места/	Формирование установки на здоровый образ жизни
33	Основные правила выполнения упражнений с гимнастическим и предметами	1	СБУ	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжки-и-в-длину-с-места/	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
34	Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическим и предметами	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5740/conspect/?ysclid=ln7o3crdvm303618653	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
35	Техника выполнения удержания скакалки; вращения сложной вдвое скакалки в различных плоскостях; броска и ловли скакалки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/conspect/?ysclid=ln7o3s0vyq143793959	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
36	Техника выполнения	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/	воспитание потребности и

	высоких прыжков вперёд через скакалку с двойным махом вперёд			conspect/?ysclid=ln7o3s0vyq143793959	умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
37	Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча, серии отбивов мяча	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/conspect/?ysclid=ln7o515wrk431550944	Формирование установки на здоровый образ жизни
38	Составление комбинаций упражнений основной гимнастики	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/conspect/?ysclid=ln7o515wrk431550944	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
39	Комбинации с упражнениями общей разминки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/conspect/?ysclid=ln7o5okopa43560490	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
40	Комбинации с упражнениями партерной разминки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221/conspect/?ysclid=ln7o5okopa43560490	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
41	Комбинации с упражнениями разминки у опоры	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/conspect/?ysclid=ln7o61xs9q814213744	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
42	Комбинации с упражнениями с гимнастическим и предметами	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/conspect/?ysclid=ln7o61xs9q814213744	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
43	Комбинации с акробатическим и упражнениями	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3700/conspect/?ysclid=ln7o61xs9q814213744	Формирование установки на здоровый образ жизни
44	Комбинации различных гимнастических и	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/conspect/?ysclid=ln7oaj3l6c232276221	воспитание потребности и умения самостоятельно

	акробатических упражнений с танцевальными шагами				заниматься физическими упражнениями
45	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в музыкально-сценических и ролевых играх, в туристических играх и игровых заданиях, в спортивных эстафетах	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/conspect/?ysclid=ln7ob1sxe111447906	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
46	Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности в играх и игровых заданиях	1	ОРУ	https://multiurok.ru/index.php/blog/podvizhnye-igry-podvodiashchie-k-obucheniiu-igre-v-basketbol.html?ysclid=ln7obgtld225794242	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
47	Туристические игры и спортивные эстафеты	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/conspect/?ysclid=ln7obydji3570757223	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
48	Музыкально-сценические и ролевые игры	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3709/conspect/?ysclid=ln7ocgmbwj287423050	Формирование установки на здоровый образ жизни
49	Основные принципы и правила участия в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности. Практика применения правил техники безопасности при участии в	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5130/conspect/?ysclid=ln7od1m79h745241519	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями

	спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности				
50	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizkulturi-po-teme-salom-s-myachom-640789.html?ysclid=ln7on90wx1413234194	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
51	Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/conspect/?ysclid=ln7on18283935818166	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
52	Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/conspect/?ysclid=ln7on18283935818166	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
53	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бег вперед, назад, подскоки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/main/?ysclid=ln7oovavsxg531953933	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
54	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/main/?ysclid=ln7oovavsxg531953933	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
55	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/main/?ysclid=ln7oovavsxg531953933	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими

	и умений: повороты, равновесие				упражнениями
56	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бросок и ловля гимнастического предмета	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/conspsect/?ysclid=ln7opwb64v852571362	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
57	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков челночного бега	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/conspsect/?ysclid=ln7opwb64v852571362	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
58	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков: бега на короткие дистанции (30 м)	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/conspsect/?ysclid=ln7oqj8hzt525799183	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
59	Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног. Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/conspsect/?ysclid=ln7oqj8hzt525799183	Формирование установки на здоровый образ жизни
60	Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног. Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед	1	ОФП	https://shkola21uxtra-r11.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/novosti/novosti_141.html	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
61	Плавание: общая	1	ОФП	https://shkola21uxtra-r11.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/novosti/novosti_141.html	воспитание

	характеристика.			a-r11.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/novosti/novosti_141.html	потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
62	Спортивные стили плавания. Техника спортивных стилей плавания	1	ОФП	https://shkola21uxta-r11.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/novosti/novosti_141.html	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
63	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжки-и-в-длину-с-места/	Формирование установки на здоровый образ жизни
64	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжки-и-в-длину-с-места/	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
65	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln70pb561f264809189	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
66	навыков Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln70pb561f264809189	Формирование установки на здоровый образ жизни
67	навыков Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков	1	ОФП	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/482223-sportivnyj-prazdnik-gto-nash-vernyj-drug?ysclid=ln70uwoer121045744	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
68	Техника выполнения упражнений определенных двигательных	1	ОФП	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/482223-sportivnyj-	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься

	умений и навыков			prazdnik-gto-nash-vernyj-drug?ysclid=ln7oouwoer121045744	физическими упражнениями
--	------------------	--	--	--	--------------------------

3 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Количество академических часов	Домашнее задание	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Физическая нагрузка: определение и влияние на физическое развитие. Гармоничное развитие. Методика проведения контрольных измерений	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://sch1159s.mskobr.ru/attach_files/upload_users_files/5ffc3fc838276.pdf?ysclid=ln73x04ctq246162259	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
2	Классификация физических упражнений. Роль гимнастики в физическом развитии и физическом совершенствовании	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/conspect/?ysclid=ln73xs9f9r497140277	развитие психических процессов и свойств личности.
3	Подводящие упражнения и их назначение	1	СБУ (специальные обеговые упражнения)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/conspect/?ysclid=ln73ykdmei788204130	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
4	Виды спортивных стилей плавания	1	СБУ	https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-po-teme-obuchenie-prizhka-v-dlinu-s-razbega-v-nachalnih-klasseh-1460501.html?ysclid=lxskaytrr443176185	развитие психических процессов и свойств личности.
5	Виды спортивных стилей плавания	1	СБУ	https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-po-teme-obuchenie-prizhka-v-dlinu-s-razbega-v-	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими

				nachalnih-klassah-1460501.html?ysclid=lxskaytrr443176185	упражнениями
6	Составление комплексов и демонстрация техники выполнения гимнастических упражнений из общей разминки, из партерной разминки и разминки у опоры	1	СБУ	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-natemu-razvitiesilovih-kachestvbrosok-nabivnogomyacha-kg-2765604.html?ysclid=lxskbodyg496597460	развитие психических процессов и свойств личности.
7	Составление комплексов и демонстрация техники выполнения гимнастических упражнений из общей разминки, из партерной разминки и разминки у опоры	1	СБУ	https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-fizicheskoy-kulturi-v-klasse-natemu-razvitiesilovih-kachestvbrosok-nabivnogomyacha-kg-2765604.html?ysclid=lxskbodyg496597460	развитие психических процессов и свойств личности.
8	Физическая нагрузка в гимнастических упражнениях	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/conspect/	развитие психических процессов и свойств личности.
9	Физическая нагрузка в гимнастических упражнениях	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/conspect/	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
10	Техника выполнения физических упражнений для формирования навыков плавания	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/?ysclid=lxskcrhsbx26597918	развитие психических процессов и свойств личности.
11	Методика моделирования комбинаций гимнастических упражнений	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/?ysclid=lxskcrhsbx26597918	развитие психических процессов и свойств личности.
12	Методика моделирования комбинаций гимнастических	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/?ysclid=lxskcrhsbx26597918	Формирование установки на здоровый образ жизни;

	упражнений				
13	Составление правил новых игр и спортивных эстафет.	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/conspect/?ysclid=lxskcrhsbx26597918	развитие психических процессов и свойств личности.
14	Самостоятельная организация игр (спортивных эстафет) и игровых заданий. Оценивание правил безопасности в процессе выполняемой игры	1	СБУ	https://nsportal.ru/skcola/fizkultura-i-sport/library/2018/10/31/uprazhneniya-dlya-razvitiya-bystryi-i-koordinatsionnyh	Формирование установки на здоровый образ жизни;
15	Строевые команды: построения, перестроения	1	СБУ	https://www.gto.ru/recomendations/56ead160b5cf1c2d018b456a?ysclid=lxske2qfft836704329	развитие психических процессов и свойств личности.
16	Практика применения методики измерения пульса при увеличении нагрузки; техники дыхания при выполнении упражнений; методики контроля осанки	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7457/conspect/?ysclid=ln743j89bl546209782	развитие психических процессов и свойств личности.
17	Техника выполнения гимнастических упражнений общей разминки	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4767/conspect/?ysclid=ln77lakke9255969983	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
18	Техника выполнения гимнастических упражнений разминки у опоры	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/?ysclid=lxskg1tjzv876381164	развитие психических процессов и свойств личности.
19	Техника выполнения акробатических упражнений	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/conspect/?ysclid=lxskg1tjzv876381164	развитие психических процессов и свойств личности.
20	Техника выполнения упражнений с гимнастическим	1	ОРУ	https://infourok.ru/tehnika-lazaniya-po-kanatu-1462287.html?ysclid=ln77lakke9255969983	воспитание потребности и умения самостоятельно

	и предметами			d=lxskfjx3sp743052567	заниматься физическими упражнениями
21	Техника выполнения упражнений с гимнастическим и предметами	1	ОРУ	https://infourok.ru/tehnika-lazaniya-po-kanatu-1462287.html?ysclid=lxskfjx3sp743052567	развитие психических процессов и свойств личности.
22	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц стопы, для укрепления мышц ног	1	ОРУ	https://infourok.ru/uprazhneniya-v-dvizhenii-s-gimnasticheskoy-skamejkoj-5751006.html?ysclid=lxskf4bqqw799709530	развитие психических процессов и свойств личности.
23	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, мышц спины, для развития гибкости позвоночника	1	ОРУ	https://infourok.ru/uprazhneniya-v-dvizhenii-s-gimnasticheskoy-skamejkoj-5751006.html?ysclid=lxskf4bqqw799709530	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
24	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц рук, мышц плечевого пояса	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4771/conspect/?ysclid=lxskenzqje996249645	развитие психических процессов и свойств личности.
25	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности голеностопного сустава, тазобедренного сустава	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4771/conspect/?ysclid=lxskenzqje996249645	развитие психических процессов и свойств личности.
26	Составление	1	ОРУ	https://infourok.ru/t	Формирование

	комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности плечевого сустава			emaakrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1735753.html?ysclid=lxskm8xjvs217347609	установки на здоровый образ жизни;
27	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития эластичности мышц ног, подвижности коленного сустава	1	ОРУ	https://infourok.ru/emaakrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1735753.html?ysclid=lxskm8xjvs217347609	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
28	Составление комплекса и демонстрация выполнения упражнений с гимнастическим и предметами для развития координационно-скоростных способностей. Составление комплекса и демонстрация выполнения акробатических упражнений для развития координационно-скоростных способностей	1	ОРУ	https://infourok.ru/emaakrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1735753.html?ysclid=lxskm8xjvs217347609	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
29	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений в подвижных играх для развития координационно-скоростных способностей	1	ОРУ	https://infourok.ru/emaakrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1735753.html?ysclid=lxskm8xjvs217347609	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
30	Составление	1	ОРУ	https://infourok.ru/	сознательно

	комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений в подвижных играх для развития координационно-скоростных способностей			prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-kompleksy-uprazhnenij-dlya-myshe-pessa-i-spiny-4628482.html?ysclid=lxskmunjlo360606729	применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
31	Техника выполнения строевого и походного шага. Построения и перемещения по команде	1	ОРУ	https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-kompleksy-uprazhnenij-dlya-myshe-pessa-i-spiny-4628482.html?ysclid=lxskmunjlo360606729	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
32	Выполнение нормативов ГТО, тестовых заданий на гибкость и координационно-скоростные способности	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/?ysclid=ln77oehrh5840543400	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
33	Выполнение нормативов ГТО, тестовых заданий на гибкость и координационно-скоростные способности	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/conspect/?ysclid=ln77p0ndoi429498995	Формирование установки на здоровый образ жизни;
34	Игровые задания на выполнение физических упражнений	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/conspect/?ysclid=ln77p0ndoi429498995	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
35	Построения и перестроения в шеренги, повороты в строю.	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7153/conspect/?ysclid=ln77pdqu9214244849	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
36	Акробатические упражнения для перемещений	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7153/conspect/?ysclid=ln77pdqu9214244849	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения

					работоспособности и укрепления здоровья.
37	Игры с выталкиванием	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/conspect/?ysclid=ln77pronw117548609	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
38	Игры в перетягивания соперника в свою сторону	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/conspect/?ysclid=ln77pronw117548609	Проявление чувств коллективизма;
39	Игры в перетягивания соперника в свою сторону	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/conspect/?ysclid=ln77pronw117548609	Проявление чувств коллективизма;
40	Игры за овладение у соперника предметом одной рукой,	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/conspect/?ysclid=ln77pronw117548609	Формирование установки на здоровый образ жизни;
41	Игры на устойчивость двумя руками	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/conspect/223779/?ysclid=ln77qdbjp9670711642	Проявление чувств коллективизма;
42	Игры «Пройди по бревну», «Сквозь бурелом». Игровое задание: собери рюкзак в поход	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5099/conspect/223779/?ysclid=ln77qdbjp9670711642	Формирование установки на здоровый образ жизни;
43	Техника выполнения серии поворотов на девяносто и сто восемьдесят градусов	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/?ysclid=ln77rvmfz18596308	Проявление чувств коллективизма;
44	Техника выполнения специальных упражнений: прыжки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/?ysclid=ln77rvmfz18596308	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
45	Техника выполнения прыжков через скакалку	1	ОФП	https://childphysical.livejournal.com/181809.html?ysclid=ln77sckfw056569016	Проявление чувств коллективизма;
46	Общеразвивающ	1	ОРУ	https://childphysical	Проявление

	ие, музыкально-сценические, ролевые игры с использованием гимнастических предметов			led.livejournal.com/181809.html?ysclid=ln77sckfw056569016	чувств коллективизма;
47	Спортивные игры и эстафеты с использованием гимнастических предметов	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/conspect/?ysclid=ln77uy8x1r109440393	Проявление чувств коллективизма;
48	Техника выполнения бега вперед, назад, челночного бега для развития координации и ловкости	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/conspect/?ysclid=ln77uy8x1r109440393	Проявление чувств коллективизма;
49	Бег на скорость (30 м) и подготовка к сдаче норм ГТО	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/conspect/?ysclid=ln77vdm07z944986948	Проявление чувств коллективизма;
50	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие силы мышц	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5171/conspect/?ysclid=ln77vdm07z944986948	Проявление чувств коллективизма;
51	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие силы мышц	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/conspect/?ysclid=ln77vw7ria994829325	Формирование установки на здоровый образ жизни;
52	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие координационно-скоростных способностей	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/conspect/?ysclid=ln77uy8x1r109440393	Проявление чувств коллективизма;
53	Техника выполнения упражнений на силу, гибкость, координационно-скоростные способности по специализации	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/conspect/?ysclid=ln77xupjgm387239123	Проявление чувств коллективизма;

	вида спорта				
54	Проектная деятельность по подготовке личного выступления	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln77xi93st61478868	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
55	Проектная деятельность по подготовке группового упражнения	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/additional/278877/?ysclid=ln77x2i85s924229629	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
56	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости	1	ОФП	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2022/12/05/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tb-beg-kross	Формирование установки на здоровый образ жизни;
57	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития координационно-скоростных способностей	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/conspect/?ysclid=ln77z0a7xt483342850	Формирование установки на здоровый образ жизни;
58	демонстрация техники стилей спортивного плавания	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5522/conspect/?ysclid=ln77zpagy5543449516	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
59	Методика оценки изменений показателей скорости при плавании на определенное расстояние	1	ОФП	https://www.gto.ru/recomendations/56ead0b7b5cf1c4a018b4567?ysclid=ln780iuwaz568024612	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
60	Техника выполнения упражнений для сдачи норм ГТО (по возрасту)	1	ОФП	https://www.gto.ru/recomendations/56ead0b7b5cf1c4a018b4567?ysclid=ln780iuwaz568024612	Формирование установки на здоровый образ жизни;
61	Техника выполнения упражнений для сдачи нормативов на гибкость	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/conspect/?ysclid=ln77wloowp850288113	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств

62	Туристические игры для тренировки координационных способностей, ловкости, точности, координации движений	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4770/conspect/?ysclid=ln77ubh4y1435148292	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
63	Игровые задания по сбору рюкзака для туристического похода	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4770/conspect/?ysclid=ln77ubh4y1435148292	Формирование установки на здоровый образ жизни;
64	Контрольно-тестовые упражнения	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжок-и-в-длину-с-места/	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
65	Контрольно-тестовые упражнения	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжок-и-в-длину-с-места/	Формирование установки на здоровый образ жизни;
66	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: прыжок в длину с места толчком с двух ног; метание мяча в заданную плоскость	1	ОФП	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжок-и-в-длину-с-места/	Формирование установки на здоровый образ жизни;
67	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: прыжок в длину с места толчком с двух ног; метание мяча в заданную плоскость	1	ОФП	https://115.rnd-school.ru/images/programs/noo_rab_program_fizra_1-4.pdf?ysclid=ln77t5sx44232763288	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями

68	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: прыжок в длину с места толчком с двух ног; метание мяча в заданную плоскость	1	ОФП	https://115.rnd-school.ru/images/programs/noo_rab_program_fizra_1-4.pdf?ysclid=ln77t5sx44232763288	Формирование установки на здоровый образ жизни;
----	---	---	-----	---	---

4 класс

№ п/п	Название разделов и тем	Количество академических часов	Домашнее задание	Информация об использовании по каждой теме ЭОР (ЦОР)	Воспитательный компонент
1	Характеристика физической культуры, ее роли в общей культуре человека. Задачи спорта и задачи физической культуры. Важные навыки жизнедеятельности человека	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://sh-napolnovskaya-r62.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/315/Tekhnika_bezopasnosti_na_urokah_fizkul_tury.pdf	Проявление чувств коллективизма; Формирование установки на здоровый образ жизни;
2	Строевые команды. Строевые упражнения	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/conspect/?ysclid=ln744wnu4p2045679	Формирование установки на здоровый образ жизни;
3	Основные правила безопасного поведения на уроке физической культуры. Направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7130/conspect/?ysclid=ln745grem5199887853	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств

	физического воспитания				
4	Классификация физических упражнений по целевому назначению. Техника выполнения упражнений для тестирования результатов развития физических качеств и способностей	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/conspect/224374/?ysclid=ln745uoagr753397829	Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств
5	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: общая разминка, партерная разминка, разминка у опоры	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7140/conspect/?ysclid=ln746biibf700470951	Формирование установки на здоровый образ жизни;
6	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: общая разминка, партерная разминка, разминка у опоры	1	СБУ (специально беговые упражнения)	https://infourok.ru/eferatmeri-bezopasnosti-i-profilaktika-travmatizma-na-zanyatiyah-polegkoy-atletike-2336488.html?ysclid=lxslhpk7dm170907373	Формирование установки на здоровый образ жизни;
7	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: игры и игровые задания	1	СБУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-pofizicheskoy-kulture-dlya-uchashihsya-4-klassa-4639320.html?ysclid=lxsl6y7gl779417091	проявление бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.
8	Самостоятельные занятия общеразвивающ	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/conspect/?ysclid=lx	проявление бережного отношения к

	ими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: игры и игровые задания			slinsm1h183063651	окружающей среде, к народным традициям.
9	Способы демонстрация полученных навыков и умений выполнения физических упражнений	1	СБУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/conspect/?ysclid=lxslinsm1h183063651	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
10	Методы определения динамики развития гибкости и координационно-скоростных способностей	1	СБУ	https://infourok.ru/yogkaya-atletika-begovye-uprazhneniya-4-klass-6577967.html?ysclid=lxslj4lr6p958970896	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
11	Моделирование комплексов упражнений на развитие гибкости и увеличения эластичности мышц	1	СБУ	https://infourok.ru/yogkaya-atletika-begovye-uprazhneniya-4-klass-6577967.html?ysclid=lxslj4lr6p958970896	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
12	Моделирование комплексов упражнений на развитие координационно-скоростных способностей и меткости	1	СБУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-pofizicheskoy-kulture-lyogkaya-atletika-metanie-malogo-myacha-na-dalnost-4-klass-5295975.html?ysclid=lxsljnpzab961575111	проявление бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.
13	Моделирование комплексов упражнений на развитие моторики; на увеличение подвижности суставов, формирование стопы и осанки; на укрепление мышц тела. Моделирование игр и игровых	1	СБУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskaya-kultura-klass-legkaya-atletika-obuchenie-bega-na-korotkie-distancii-2976545.html?ysclid=lxslk7g68x718500334	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями

	заданий с выполнением комплексов физических упражнений				
14	Туристическая деятельность: базовое снаряжение для похода, составление маршрута, ориентирование на местности	1	СБУ	https://infourok.ru/1egkaya-atletika-beg-na-srednie-distancii-5172644.html?ysclid=lxslkm4ueu65363103	проявление бережного отношения к окружающей среде, к народным традициям.
15	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц спины	1	СБУ	https://multiurok.ru/files/normativy-po-fizichieskoi-kulturnie-4-klass-1.html?ysclid=lxsl3qmqd809947719	воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями
16	Типичные ошибки при выполнении специальных комплексов упражнений основной гимнастики	1	ОРУ (общеразвивающие упражнения)	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/?ysclid=lxslkyufa389126309	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
17	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц рук	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizkulture-na-temu-akrobaticeskaya-kombinaciya-887989.html?ysclid=lxslw114996944206	развитие психических процессов и свойств личности.
18	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц ног	1	ОРУ	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-4-klass-opornyj-pryzhok-4655352.html?ysclid=lxslmdxjwb9925338	развитие психических процессов и свойств личности.
19	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц живота	1	ОРУ	https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-uroka-4-klass-opornyj-pryzhok-4655352.html?ysclid=lxslmdxjwb9925338	развитие психических процессов и свойств личности.
20	Техника выполнения	1	ОРУ	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-	развитие психических

	комплексов упражнений на развитие подвижности тазобедренных суставов; на развитие подвижности коленных и голеностопных суставов; на развитие эластичности мышц ног			fizicheskoy-kulture-dlya-4-klassa-opornyj-pryzhok-cherez-gimnasticheskogo-kozla-4430671.html?ysclid=lxslms0n5v784930078	процессов и свойств личности.
21	Техника выполнения комплексов упражнений на развитие гибкости позвоночника	1	приседания	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-dlya-4-klassa-opornyj-pryzhok-cherez-gimnasticheskogo-kozla-4430671.html?ysclid=lxslms0n5v784930078	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
22	Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическим и предметами для развития координации.	1	приседания	https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-visi-i-peremahiklass-2035452.html?ysclid=lxslnbae9j343725995	Проявление чувств коллективизма
23	Техника выполнения комплексов акробатических упражнений для развития координации. Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическим и предметами для развития координации.	1	ОФП (общая физическая подготовка)	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/19/visy-i-upory	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
24	Проектирование правил новых ролевых спортивных эстафет. Участие в спортивных	1	ОФП	https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2019/02/19/visy-i-upory	Формирование установки на здоровый образ жизни

	эстафетах по ролям				
25	Составление комплекса базовых упражнений гимнастики для общей разминки. Демонстрация программы с базовыми упражнениями гимнастики для общей разминки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	Проявление чувств коллективизма
26	Техника выполнения перемещений: перекаты, повороты, прыжки	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	Формирование установки на здоровый образ жизни
27	Составление и демонстрация программ с базовыми упражнениями для физкультминутки на воздухе и в зале	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	Проявление чувств коллективизма
28	Моделирование комплексов упражнений общей гимнастики по видам разминки	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	Проявление чувств коллективизма
29	Моделирование комплексов упражнений общей гимнастики по видам разминки	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	Проявление чувств коллективизма
30	Типичные ошибки при выполнении спортивных упражнений	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
31	Жизненно важные навыки и умения на уроках физической культуры.		ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/conspect/?ysclid=ln74uyj7e4598142736	

32	Практика наблюдения за динамикой развития физических качеств и способностей.	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/conspect/?ysclid=ln74ui4j5f253591645	Проявление чувств коллективизма
33	Проектирование индивидуальной образовательной траектории для эффективного развития физических качеств и способностей.	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/?ysclid=ln74ykorqc225849400	Формирование установки на здоровый образ жизни
34	Составление комплексов утренней гимнастики, физкультминутки по целевым задачам	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/?ysclid=ln74ykorqc225849400	Проявление чувств коллективизма
35	Техника выполнения спортивных и туристических упражнений для укрепления отдельных мышечных групп.	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/?ysclid=ln74ykorqc225849400	Проявление чувств коллективизма
36	Игровые задания	1	ОПФ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/?ysclid=ln74ykorqc225849400	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
37	Техника выполнения комплексов перемещений	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/?ysclid=ln751gozf2835337081	Формирование установки на здоровый образ жизни
38	Организация проведения спортивных ролевых игр	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3482/conspect/?ysclid=ln751gozf2835337081	Проявление чувств коллективизма
39	Демонстрация универсальных умений управлять эмоциями в	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7152/conspect/?ysclid=ln753bs49j261887189	развитие психических процессов и свойств личности.

	процессе учебной и игровой деятельности				
40	Правила организации и проведения игр. Организация и проведение игр	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7152/conspect/?ysclid=ln753bs49j261887189	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
41	Подготовка к демонстрации личных результатов при выполнении игровых заданий. Демонстрация личных результатов при выполнении игровых заданий	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspect/?ysclid=ln754u64h1868227168	Формирование установки на здоровый образ жизни
43	Техника синхронного выполнения физических упражнений. Выполнение упражнений под ритм и счет	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/main/?ysclid=ln76g8783m318711747	развитие психических процессов и свойств личности.
44	Техника взаимодействия и сотрудничества в группах	1	ОРУ	https://multiurok.ru/blog/podvizhnaia-ighra-zaprieshchiennoie-dvizhieniie-variant-1.html?ysclid=ln76gkectd186570237	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
45	Виды стилей плавания	1	ОРУ	https://uchitelya.com/fizkultura/76569-igra-podvizhnaya-cel-3-4-klass.html	развитие психических процессов и свойств личности.
46	Техника выполнения комплексов имитационных упражнений на суше	1	ОРУ	https://school101.kubannet.ru/doc/metodrab/kopilka/117.pdf?ysclid=ln76hgf a3p991827438	Формирование установки на здоровый образ жизни
47	Техника выполнения упражнений с использованием, гимнастических	1	ОФП	https://sh10-gaj-r56.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/50/shkola_10_1_4_fizkul_tura.pdf	Формирование установки на здоровый образ жизни

	палок				
48	Техника удержания скакалки при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах	1	ОРУ	https://sh10-gaj-r56.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/32/50/shkola_10_1_4_fizkul_tura.pdf	Формирование установки на здоровый образ жизни
49	Техника выполнения комплексов акробатических упражнений с гимнастическим предметом	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6226/conspect/?ysclid=ln76fqmupp557516306	развитие психических процессов и свойств личности.
50	Техника выполнения комплексов акробатических упражнений с гимнастическим предметом	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6226/conspect/?ysclid=ln76fqmupp557516306	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
51	Демонстрация техники выполнения равновесий, поворотов, прыжков	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6226/conspect/?ysclid=ln76fqmupp557516306	Формирование установки на здоровый образ жизни
52	Освоение универсальных умений по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/?ysclid=ln76fbg659657643120	Формирование установки на здоровый образ жизни
53	Освоение универсальных умений по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений	1	ОФП	https://yrok.pf/library/kompleks_gtoput_k_zdorovomu_obrazu_zhizni_132653.html?ysclid=ln76yzli9s422329399	развитие психических процессов и свойств личности.
54	Техника выполнения акробатических упражнений. Правила техники безопасности	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln770q8m3w214026673	Формирование установки на здоровый образ жизни

	при выполнении акробатических упражнений				
55	Техника выполнения акробатических упражнений.	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln770q8m3w214026673	развитие психических процессов и свойств личности.
56	Техника выполнения акробатических упражнений.	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln772jimvf472252047	Формирование установки на здоровый образ жизни
57	Участие в соревновательной деятельности в контрольно-тестовых упражнениях	1	ОФП	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln772jimvf472252047	Формирование установки на здоровый образ жизни
58	Сдача нормативов ГТО II ступени	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/?ysclid=ln772jimvf472252047	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
59	Сдача нормативов ГТО II ступени	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3715/conspect/?ysclid=ln775atz4o560934094	Формирование установки на здоровый образ жизни
60	Проектирование и демонстрация спортивных игр, игровых заданий и спортивных эстафет	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5522/conspect/?ysclid=ln77dkj4ua893227475	развитие психических процессов и свойств личности.
61	Проектирование и демонстрация спортивных игр, игровых заданий и спортивных эстафет	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/conspect/?ysclid=ln77dzgege22421152	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
62	Техника выполнения в ритм/на счёт, на музыкальный такт упражнений	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/conspect/?ysclid=ln77ebxjqc469500286	Формирование установки на здоровый образ жизни
63	Проектирование и демонстрация туристических физических игр,	1	ОРУ	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжк	развитие психических процессов и свойств личности.

	игровых заданий.			и-в-длину-с-места/	
64	Игровые задания. Спортивные эстафеты	1	ОРУ	https://гтокраснодар.рф/техника-выполнения-испытаний/прыжки-и-в-длину-с-места/	Формирование установки на здоровый образ жизни
65	Игровые задания. Спортивные эстафеты	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln77fd0iwr961298269	Формирование установки на здоровый образ жизни
66	Игровые задания. Спортивные эстафеты	1	ОРУ	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3704/conspect/?ysclid=ln77fd0iwr961298269	развитие психических процессов и свойств личности.
67	Демонстрация контрольно-тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости, координации	1	ОРУ	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/482223-sportivnyj-prazdnik-gto-nash-vernyj-drug?ysclid=ln77fr8foo20953856	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.
68	Игровые задания. Спортивные эстафеты	1	ОФП	https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/482223-sportivnyj-prazdnik-gto-nash-vernyj-drug?ysclid=ln77fr8foo20953856	сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.