

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Краснодарского края

Управление образования администрация муниципального образования

Успенский район

МАОУ СОШ №2 им. Ю. А Гагарина

РАССМОТРЕНО

На заседании

школьного

методического

объединения

руководитель ШМО

Чернышова С.М

Протокол №1

от «31» август 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР

Черкесова Т.В.

Протокол №1

от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Кулиева А.Р.

Протокол

от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1520726)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 4 классов

Успенское 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой

материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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

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

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

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

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лыжная подготовка

Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультурминутки 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.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из

разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лёгкая атлетика

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

Плавательная подготовка.

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

Прикладно-ориентированная физическая культура.

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством

регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой.
Плавательная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой.

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные

универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки,);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

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

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

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

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;

- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

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

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, игровой подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 КЛАСС

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Характеристика УУД	
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	Знания о физической культуре	Теоретическая часть в процессе урока	- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных; - устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Режим дня школьника	Теоретическая часть в процессе урока	- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура				
1.1	Гигиена человека	Теоретическая часть в	-высказывать мнение о положительном влиянии	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

		процессе урока	занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;	
1.2	Осанка человека	Теоретическая часть в процессе урока	- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	Теоретическая часть в процессе урока	- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения; - выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.2	Лыжная подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

2.3	Легкая атлетика	18	- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.4	Подвижные и спортивные игры	19	- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности - обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		55		
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	11	- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
3.2	Самбо	33	- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		44		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99		

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Характеристика УУД	
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	Знания о физической культуре	Теоретическая часть в процессе урока	-характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки; -понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Физическое развитие и его измерение	Теоретическая часть в процессе урока	-выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура				
1.1	Занятия по укреплению здоровья	Теоретическая часть в процессе урока	-обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

			зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;	
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	Теоретическая часть в процессе урока	-объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	17	-обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.2	Лыжная подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	-характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.3	Легкая атлетика	20	-выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.4	Подвижные игры	19	-исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх,	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

			аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;	
Итого по разделу		56		
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	12	-бъяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного)	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
3.2	Самбо	34	-выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		46		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Характеристики УУД	
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	Знания о физической культуре	Теоретическая часть в процессе урока	-понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	Теоретическая часть в процессе урока	-контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	Теоретическая часть в процессе урока	-вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам)	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.3	Физическая нагрузка	Теоретическая часть в процессе урока	-объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

Итого по разделу			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура			
1.1	Закаливание организма	Теоретическая часть в процессе урока	-делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой. https://resh.edu.ru/ , РЭШ
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	Теоретическая часть в процессе урока	-понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура			
2.1	Гимнастика с основами акробатики	18	-правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.2	Легкая атлетика	18	-объединять физические упражнения по их целевому назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости. https://resh.edu.ru/ , РЭШ

2.3	Лыжная подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	-объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.4	Плавательная подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	-выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.5	Подвижные и спортивные игры	18	-организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		54		
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14	-контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
3.2	Самбо	34	-взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		48		

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102		
-------------------------------------	-----	--	--

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Характеристики УУД	
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	Знания о физической культуре	Теоретическая часть в процессе урока	-использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	-сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	Теоретическая часть в процессе урока	-оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура				
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	-выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

1.2	Закаливание организма	1	-делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		2		
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура				
2.1	Гимнастика с основами акробатики	17	-правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.2	Легкая атлетика	18	-объединять физические упражнения по их целевому назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.3	Лыжная подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	-объединять физические упражнения по их целевому назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
2.4	Плавательная подготовка	Теоретическая часть в процессе урока	-выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;	https://resh.edu.ru/ , РЭШ

2.5	Подвижные и спортивные игры	17	-взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		52		
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура				
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	14	-самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
3.2	Самбо	34	-взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога	https://resh.edu.ru/ , РЭШ
Итого по разделу		48		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура. Чем отличается ходьба от бега	1				
2	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				
3 Самбо	Знания о физической культуре. Зарождение борьбы Самбо в России	1				
4	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				
5	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1				
6 Самбо	Техника безопасности и профилактики травматизма на занятиях по изучению гимнастики и Самбо.	1				
7	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				
8	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				
9 Самбо	Специально-подготовительные упражнения	1				

10	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1				
11	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				
12 Самбо	Приёмы самостраховки: на бок перекатом	1				
13	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1				
14	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				
15 Самбо	Приёмы самостраховки: при падении вперед на руки	1				
16	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1				
17	Современные физические упражнения Считалки для подвижных игр	1				
18 Самбо	Приёмы самостраховки: при падении на спину через мост	1				
19	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				
20	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1				
21 Самбо	Приёмы самостраховки: на бок кувырком	1				
22	Обучение способам организации игровых площадок	1				
23	Обучение способам организации	1				

	игровых площадок					
24 Самбо	Приёмы самостраховки: на спину перекатом	1				
25	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				
26	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1				
27 Самбо	Упражнения для бросков: выведения из равновесия	1				
28	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				
29	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				
30 Самбо	Упражнения для бросков: подножек, подсечек	1				
31	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото» Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				
32	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				
33 Самбо	Упражнения для бросков: бросков захватом ног.	1				
34	Разучивание подвижной игры «Не оступись» Упражнения в передвижении на лыжах	1				
35	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				
36 Самбо	Упражнения для тактики: подвижные игры	1				
37	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				

38	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				
39 Самбо	Упражнения для тактики: игра-задание	1				
40	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				
41	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				
42 Самбо	Изучение приёмов в положении лёжа.	1				
43	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				
44	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				
45 Самбо	Удержания: сбоку	1				
46	Личная гигиена и гигиенические процедуры. Правила поведения на уроках физической культуры	1				
47	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1				
48 Самбо	Удержания: со стороны головы	1				
49	Исходные положения в физических упражнениях	1				
50	Учимся гимнастическим упражнениям	1				
51 Самбо	Удержания: поперек	1				
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
53	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1				

54 Самбо	Удержания: верхом	1				
55	Акробатические упражнения, основные техники	1				
56	Осанка человека. Упражнения для осанки Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
57 Самбо	Удержания: сбоку	1				
58	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника Акробатические упражнения, основные техники	1				
59	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1				
60 Самбо	Самостраховка на спину перекатом через партнера.	1				
61	Способы построения и повороты стоя на месте	1				
62	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1				
63 Самбо	Ходьба на внутреннем крае стопы.	1				
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
65	Гимнастические упражнения с мячом	1				
66 Самбо	Махи ногой назад с наклоном	1				
67	Гимнастические упражнения со	1				

	скакалкой					
68	Гимнастические упражнения в прыжках	1				
69 Самбо	Кувырок вперед через плечо	1				
70	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1				
71	Подъем ног из положения лежа на животе	1				
72 Самбо	Кувырк назад через плечо	1				
73	Сгибание рук в положении упор лежа	1				
74	Разучивание прыжков в группировке	1				
75 Самбо	Переворачивания партнера, стоящего в упоре на руках скручиванием захватом руки и ноги (снаружи, изнутри)	1				
76	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1				
77	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1				
78 Самбо	Переворачивания партнера, стоящего в упоре на руках захватом шеи и руки с упором голенью в живот	1				
79	Режим дня и правила его составления и соблюдения. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				
80	Правила выполнения прыжка в длину с места	1				
81 Самбо	Активные защиты от переворачиваний.	1				

82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				
83	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1				
84 Самбо	Пассивные защиты от переворачиваний.	1				
85	Приземление после спрыгивания с горки матов	1				
86	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1				
87 Самбо	Комбинирование переворачиваний с вариантами удержаний.	1				
88	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1				
89	Разучивание фазы приземления из прыжка	1				
90 Самбо	Выведение из равновесия: партнера стоящего на коленях рывком и скручиванием	1				
91	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1				
92	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1				
93 Самбо	Выведение из равновесия: партнера в приседе толчком	1				
94	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1				
95	Основные правила, ТБ на уроках,	1				

	особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО					
96 Самбо	Выведение из равновесия: партнера стоящего на одном колене рывком, скручиванием, толчком.	1				
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1				
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				
99 Самбо	Игры-задания и учебные схватки на выполнение изученных выведений из равновесия.	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		99	0	0		

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				
2	Броски мяча в неподвижную мишень Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1				
3 Самбо	Теория. Инструктаж по ТБ. ОРУ. Подвижные игры.	1				
4	Броски мяча в неподвижную мишень	1				
5	Сложно координированные прыжковые упражнения Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1				
6 Самбо	Зарождение борьбы самбо в России.	1				
7	Физическое развитие Сложно координированные прыжковые упражнения	1				
8	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				
9 Самбо	Лучшие представители самбо.	1				
10	Закаливание организма Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				
11	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				
12 Самбо	ОРУ. Перекаты в группировке.	1				

	Эстафеты.					
13	Физические качества Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				
14	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1				
15 Самбо	Строевые упражнения. Кувырок вперёд. ОФП.	1				
16	Зарождение Олимпийских игр Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение					
17	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1				
18 Самбо	Строевые упражнения. Кувырок назад. Подвижные игры.	1				
19	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1				
20	Утренняя зарядка Игры с приемами баскетбола	1				
21 Самбо	Кувырки. Самостраховка (падение назад). ОФП.	1				
22	Игры с приемами баскетбола	1				
23	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				
24 Самбо	Перекаты, кувырки. Самостраховка (падение вперёд). ОФП.	1				
25	Быстрота как физическое качество Приемы баскетбола: мяч среднему и	1				

	мяч соседу					
26	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				
27 Самбо	Теория. Борьба в стойке (передвижения, захваты). ОФП.	1				
28	Современные Олимпийские игры Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				
29	Прием «волна» в баскетболе	1				
30 Самбо	Кувырки, перекаты. Захваты. Выведение из равновесия.	1				
31	Прием «волна» в баскетболе	1				
32	Сила как физическое качество Игры с приемами футбола: метко в цель	1				
33 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.	1				
34	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				
35	Гонка мячей и слалом с мячом	1				
36 Самбо	Борцовская разминка. Борцовский мост. Стойки на голове, на руках.	1				
37	Гонка мячей и слалом с мячом	1				
38	Футбольный бильярд	1				
39 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.	1				
40	Выносливость как физическое качество Футбольный бильярд	1				
41	Бросок ногой					
42 Самбо	Борьба лёжа (удержание с боку).	1				
43	Бросок ногой	1				
44	Подвижные игры на развитие	1				

	равновесия					
45 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.	1				
46	Подвижные игры на развитие равновесия	1				
47	Составление комплекса утренней зарядки Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				
48 Самбо	Теория. Освобождения от захватов. ОФП.	1				
49	Строевые упражнения и команды	1				
50	Строевые упражнения и команды	1				
51 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов за руку.	1				
52	Прыжковые упражнения	1				
53	Прыжковые упражнения	1				
54 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов за руку. ОФП.	1				
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1				
56	Гимнастическая разминка	1				
57 Самбо	Упр.на выносливость. Самостраховка. Эстафеты.	1				
58	Гимнастическая разминка	1				
59	Ходьба на гимнастической скамейке	1				
60 Самбо	Кувьрки. Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.ОРУ. Силовая подготовка. Подвижные игры.	1				
61	Освоение правил и техники	1				

	выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
62	Ходьба на гимнастической скамейке	1				
63 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов за одежду.	1				
64	Ходьба на гимнастической скамейке	1				
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
66 Самбо	Акробатические упражнения. Бросок через бедро. ОФП.	1				
67	Развитие координации движений Упражнения с гимнастической скакалкой	1				
68	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				
69 Самбо	Теория: борьба лёжа: выведение из равновесия, удержание с боку.	1				
70	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				
71	Упражнения с гимнастическим мячом	1				
72 Самбо	Кувырки падения. Передняя подсечка. ОФП.	1				
73	Упражнения с гимнастическим мячом	1				
74	Танцевальные гимнастические движения	1				
75 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения	1				

	от захватов. Подвижные игры.					
76	Развитие координации движений Танцевальные гимнастические движения	1				
77	Бег с поворотами и изменением направлений	1				
78 Самбо	Кувырки падения. Передняя подсечка. ОФП.	1				
79	Бег с поворотами и изменением направлений	1				
80	Дневник наблюдений по физической культуре Сложно координированные беговые упражнения	1				
81 Самбо	Теория. Перевороты. ОФП. Самостоятельная работа.	1				
82	Сложно координированные беговые упражнения	1				
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1				
84 Самбо	Перевороты. ОФП. Самостоятельная, практическая работа	1				
85	Равномерный бег по дистанции. Игра	1				
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
87 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов. Подвижные игры.	1				
88	Бег с ускорением и торможением максимальной скоростью на	1				

	дистанции 30м.					
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				
90 Самбо	Кувырки падения. Передняя подсечка. ОФП.	1				
91	Равномерный бег по дистанции	1				
92	Равномерный бег по дистанции	1				
93 Самбо	Кувырки. Бросок через бедро. ОФП.	1				
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
95	Прыжок в длину с места	1				
96 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка - удержание.ОРУ. Силовая подготовка. Эстафеты.	1				
97	Прыжок в длину с места	1				
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
99 Самбо	Самостраховка на спину перекатом.	1				
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
101	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				
102 Самбо	Самостраховка перекатом через партнёра, находящегося в упоре на	1				

	коленях и руках.					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	0	0			

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов Прыжок в длину с разбега	1				
2	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО Правила поведения в бассейне	1				
3 Самбо	Меры безопасности при занятии борьбой. Краткие сведения об основании борьбы самбо	1				
4	Прыжок в длину с разбега	1				
5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
6 Самбо	Специально подготовленные упражнения. Падение. Передвижение.	1				
7	Броски набивного мяча	1				
8	История появления современного спорта Броски набивного мяча	1				
9 Самбо	Основы формирования культуры тела в самбо. Культура движений, культура здоровья	1				
10	Челночный бег	1				
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
12 Самбо	Самостраховка на спину перекатом;	1				

13	Равномерный бег по дистанции Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				
14	Виды физических упражнений Равномерный бег по дистанции	1				
15 Самбо	Самостраховка перекатом через партнёра, находящегося в упоре на коленях и руках;	1				
16	Бег с ускорением и торможением максимальной скоростью на дистанции 30м.	1				
17	Бег с захлестыванием голени	1				
18 Самбо	Самостраховка при падении вперёд на руки.	1				
19	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				
20	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				
21 Самбо	Самостраховка при падении на спину через мост.	1				
22	Спортивная игра баскетбол	1				
23	Дозировка физических нагрузок Спортивная игра баскетбол	1				
24 Самбо	Самостраховка на бок кувырок	1				
25	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				
26	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				

27 Самбо	Борцовские игры «Прижать стопу соперника»	1				
28	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
29	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
30 Самбо	Самостраховка при падении на ковер спиной из основной стойки с вращением вокруг продольной оси и приземлением на руки	1				
31	Закаливание организма под душем Спортивная игра волейбол	1				
32	Спортивная игра волейбол	1				
33 Самбо	Стойка самбиста (фронтальная, правая, левая, низкая)	1				
34	Спортивная игра волейбол	1				
35	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
36 Самбо	Борцовские игры: «Выведение из равновесия»	1				
37	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
38	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
39 Самбо	Падения на руки прыжком назад;	1				
40	Спортивная игра футбол	1				
41	Спортивная игра футбол	1				
42 Самбо	Борцовские игры «Выбивание опоры»	1				

43	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств Подвижные игры с приемами футбола	1				
44	Подвижные игры с приемами футбола	1				
45 Самбо	Броски. Выведение из равновесия.	1				
46	Строевые команды и упражнения	1				
47	Дыхательная и зрительная гимнастика Строевые команды и упражнения	1				
48 Самбо	Кувырок вперед, и перекат в стойку на лопатках;	1				
49	Лазанье по канату	1				
50	Лазанье по канату	1				
51 Самбо	Борцовские игры: «Борьба ногами лёжа»	1				
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
53	Измерение пульса на занятиях физической культурой Передвижения по гимнастической скамейке	1				
54 Самбо	Подножки. Задняя подножка.	1				
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				

	ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
57 Самбо	Борцовские игры: «Всадники»	1				
58	Передвижения по гимнастической скамейке	1				
59	Передвижения по гимнастической стенке	1				
60 Самбо	Самостраховка на бок кувырок	1				
61	Передвижения по гимнастической стенке	1				
62	Прыжки через скакалку	1				
63 Самбо	Подсечки. Боковая подсечка под выставленную ногу;	1				
64	Прыжки через скакалку	1				
65	Прыжки через скакалку	1				
66 Самбо	Борьба: «Перетягивание каната шеренгами»	1				
67	Ритмическая гимнастика	1				
68	Ритмическая гимнастика	1				
69 Самбо	Борцовские упражнения. Вытеснение из круг.	1				
70	Ритмическая гимнастика	1				
71	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				
72 Самбо	Борцовские игры: «Салки на ковре»	1				
73	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				
74	Танцевальные упражнения из танца полька	1				

75 Самбо	Приемы самбо: выведения из равновесия.	1				
76	Танцевальные упражнения из танца полька	1				
77	Челночный бег Разучивание специальных плавательных упражнений	1				
78 Самбо	Приёмы самбо: удержания поперек	1				
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
80	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
81 Самбо	Приёмы самбо: удержание верхом	1				
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				
83	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
84 Самбо	Варианты уходов от удержаний	1				
85	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				
86	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				
87 Самбо	Переворачивания партнера, стоящего в упоре на руках.	1				
88	СБУ. Бег на скорость (40м.) Круговая эстафета;	1				
89	Низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				

90 Самбо	Бросок через спину.	1				
91	Старты из различных исходных положений. Бег 20-50 м;	1				
92	Равномерный бег 4мин (бег - 5 мин, ходьба – 3мин);	1				
93 Самбо	Борцовские игры на выталкивание «Петушиные бои и пятнашки»	1				
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
96 Самбо	Самостраховка на спину перекатом.	1				
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из вися лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
99 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка - удержание.ОРУ. Силовая подготовка. Эстафеты.	1				
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				

101	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
102 Самбо	Самостраховка перекатом через партнёра, находящегося в упоре на коленях и руках.	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1				
2	Закаливание организма Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1				
3 Самбо	Теория. Инструктаж по ТБ. ОРУ. Подвижные игры.	1				
4	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				
5	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1				
6 Самбо	Зарождение борьбы самбо в России.	1				
7	Упражнения в прыжках в высоту с разбега Подводящие упражнения в плавании	1				
8	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
9 Самбо	Самбо во время великой отечественной войны.	1				
10	Из истории развития национальных видов спорта Упражнения в прыжках	1				

	в высоту с разбега					
11	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				
12 Самбо	Лучшие представители самбо.	1				
13	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				
14	Специально подготовленные упражнения Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
15 Самбо	ОРУ. Перекаты в группировке. Эстафеты.	1				
16	Самостоятельная физическая подготовка Бег 20-40 м. Встречная эстафета	1				
17	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				
18 Самбо	Строевые упражнения. Кувырок вперед. ОФП.	1				
19	СБУ. Бег на скорость (40м.) Круговая эстафета;	1				
20	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
21 Самбо	Строевые упражнения. Кувырок назад. Подвижные игры.	1				
22	Старт, бег по дистанции, техника поворота и финиш в челночном беге;	1				
23	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				

24 Самбо	Кувьрки. Самостраховка (падение назад). ОФП.	1				
25	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				
26	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				
27 Самбо	Перекаты, кувьрки. Самостраховка (падение вперед). ОФП.	1				
28	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				
29	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
30 Самбо	Теория. Борьба в стойке (передвижения, захваты). ОФП.	1				
31	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
32	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				
33 Самбо	Кувьрки, перекаты. Захваты. Выведение из равновесия.	1				
34	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				
35	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				
36 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка.	1				

	ОФП.					
37	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				
38	Упражнения из игры волейбол	1				
39 Самбо	Борцовская разминка. Борцовский мост. Стойки на голове, на руках.	1				
40	Упражнения из игры волейбол	1				
41	Упражнения из игры баскетбол	1				
42 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.	1				
43	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры Упражнения из игры баскетбол	1				
44	Упражнения из игры футбол	1				
45 Самбо	Борьба лёжа (удержание с боку).	1				
46	Упражнения из игры футбол	1				
47	Упражнения из игры футбол	1				
48 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.	1				
49	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1				
50	Акробатическая комбинация	1				
51 Самбо	Теория. Освобождения от захватов. ОФП.	1				
52	Акробатическая комбинация	1				
53	Акробатическая комбинация	1				
54 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов за руку.	1				

55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				
56	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры Обучение опорному прыжку	1				
57 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов за руку. ОФП.	1				
58	Обучение опорному прыжку	1				
59	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				
60 Самбо	Упр.на выносливость. Самостраховка. Эстафеты.	1				
61	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				
62	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				
63 Самбо	Кувырки. Самостраховка. Задняя подножка. ОФП.ОРУ. Силовая подготовка. Подвижные игры.	1				
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
65	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				

66 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов за одежду.	1				
67	Упражнения на гимнастической перекладине	1				
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
69 Самбо	Акробатические упражнения. Бросок через бедро. ОФП.	1				
70	Упражнения на гимнастической перекладине	1				
71	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
72 Самбо	Теория: барьба лёжа: выведение из равновесия, удержание с боку.	1				
73	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1				
74	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1				
75 Самбо	Кувьрки падения. Передняя подсечка. ОФП.	1				
76	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1				
77	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				
78 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов. Подвижные игры.	1				

79	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				
80	Беговые упражнения	1				
81 Самбо	Кувырки падения. Передняя подсечка. ОФП.	1				
82	Беговые упражнения	1				
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
84 Самбо	Теория. Перевороты. ОФП. Самостоятельная работа.	1				
85	Метание малого мяча на дальность	1				
86	Метание малого мяча на дальность	1				
87 Самбо	Перевороты. ОФП. Самостоятельная, практическая работа	1				
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
89	Метание малого мяча на дальность и на точность;	1				
90 Самбо	Беговые упражнения. Освобождения от захватов. Подвижные игры.	1				
91	Старт, бег по дистанции, техника поворота и финиш в челночном беге;	1				
92	Низкий старт, стартовый разгон, бег по дистанции; Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				

93 Самбо	Кувырки падения. Передняя подсечка. ОФП.	1				
94	Старты из различных исходных положений. Бег 20-50 м;	1				
95	Старты из различных исходных положений. Бег 20-50 м;	1				
96 Самбо	Кувырки. Бросок через бедро. ОФП.	1				
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
99 Самбо	Самостраховка. Задняя подножка - удержание.ОРУ. Силовая подготовка. Эстафеты.	1				
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				
101	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				
102 Самбо	Самостраховка на спину перекатом.	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

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

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

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

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

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

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

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

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

Российская электронная школа

ИНТЕРНЕТ

Российская электронная школа

