

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство просвещения и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Отдел образования Администрации Чертковского района**

**МБОУ Кутейниковская ООШ**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим  
советом ОУ

Протокол № 1  
от 30.08.2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по УВР *г.е.ф.*

Макаренко Н. В.  
30.08.2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы



Файло В. В.

Приказ № 70  
от 30.08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 3119137)

**учебного курса «Физическая культура»**

для обучающихся 1-4 классов

**с. Кутейниково 2023 г.**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 260 часов: в 1 классе – 64 часа (2 часа в неделю), во 2 классе – 65 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 66 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 65 часов (2 часа в неделю).

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
1 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Подвижные игры. «Пустое место», «Салки»	1			01.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
2	Подвижные игры. «Запомни положение», «Выбивной»	1			05.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
3	Подвижные игры. «Цапля-лягушка», «Класс, смирно!»	1			08.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
4	Подвижные игры. «Удочка», «Салки»	1			12.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
5	Подвижные игры. «Совушка», «Салки»	1			15.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
6	Подвижные игры. «Белые медведи», «Море волнуется – раз»	1			19.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
7	Подвижные игры. «Вызов номеров», «Волк во рву»	1			22.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
8	Подвижные игры. «Удочка», «За флажками»	1			26.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
9	Подвижные игры. «Запомни положение», «Выбивной»	1			29.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
10	Подвижные игры. «Белые медведи», «Найди предмет»	1			03.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

11	Подвижные игры. «За флажками», «Море волнуется – раз»	1			06.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
12	Подвижные игры. «Цапля-лягушка», «Класс, смирно!»	1			10.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
13	Подвижные игры. «Вызов номеров», «Волк во рву»	1			13.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
14	Подвижные игры. «Вызов номеров», «Волк во рву»	1			17.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
15	Подвижные игры. «Пустое место», «Часовые и разведчики»	1			20.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
16	Подвижные игры. «Медведь спит», «Весёлая скакалка»	1			24.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
17	Что такое физическая культура. Современные физические упражнения	1			07.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
18	Режим дня и правила его составления и соблюдения.	1			10.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
19	Осанка человека. Упражнения для осанки.	1			14.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
20	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1			17.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
21	Правила поведения на уроках физической культуры. Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1			21.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
22	Исходные положения в	1			24.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	физических упражнениях					
23	Учимся гимнастическим упражнениям	1			28.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
24	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1			01.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
25	Акробатические упражнения, основные техники	1			05.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
26	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			08.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
27	Способы построения и повороты стоя на месте	1			12.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
28	Гимнастические упражнения с мячом	1			15.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
29	Гимнастические упражнения со скалкой	1			19.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
30	Гимнастические упражнения в прыжках	1			22.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
31	Сгибание рук в положении упор лежа	1			26.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
32	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1	1		29.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
33	Сдача контрольных нормативов	1			09.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
34	Инструктаж по ТБ на уроках лёгкой атлетики. Чем отличается ходьба от бега	1			12.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

35	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			16.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
36	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			19.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
37	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			23.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
38	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			26.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
39	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			30.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
40	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			02.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
41	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			06.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
42	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			09.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
43	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1			20.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
44	Правила выполнения прыжка в длину с места	1			27.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
45	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1			01.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>



46	Приземление после прыгивания с горки матов	1			05.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
47	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1			12.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
48	Разучивание фазы приземления из прыжка	1			15.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
49	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1			19.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
50	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1	1		22.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
51	Сдача контрольных нормативов	1			02.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
52	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1			05.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
53	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1			09.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
54	ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1			12.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
55	ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1			16.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
56	ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			19.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
57	ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине.	1			23.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	Подвижные игры					
58	ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1			26.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
59	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			03.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
60	ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			07.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
61	ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1			14.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
62	ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1			17.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
63	Пробное тестирование ГТО с 1-2 ступени	1	1		21.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
64	Пробное тестирование ГТО с 1-2 ступени	1			24.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		64	3	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	1			01.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
2	Зарождение Олимпийских игр. Современные Олимпийские игры	1			04.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
3	Физическое развитие	1			08.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
4	Физические качества	1			11.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
5	Сила как физическое качество	1			15.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
6	Быстрота как физическое качество	1			18.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
7	Выносливость как физическое качество	1			22.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
8	Гибкость как физическое качество	1			25.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
9	Утренняя зарядка. Составление комплекса утренней зарядки	1			29.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
10	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1			02.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
11	Строевые упражнения и команды	1			06.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
12	Прыжковые упражнения	1			09.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
13	Гимнастическая разминка	1			13.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

14	Ходьба на гимнастической скамейке	1			16.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
15	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			20.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
16	Упражнения с гимнастическим мячом	1			23.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
17	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			10.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
18	Лазанье по гимнастической стене	1			13.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
19	Сдача контрольных нормативов	1	1		17.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
20	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			20.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
21	Броски мяча в неподвижную мишень	1			24.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
22	Броски мяча в неподвижную мишень	1			27.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
23	Сложнокоординированные прыжковые упражнения	1			01.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
24	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			04.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
25	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			08.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
26	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			11.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
27	Передвижение равномерной	1			15.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук					
28	Бег с поворотами и изменением направлений	1			18.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
29	Прыжок в длину с места	1			22.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
30	Прыжок в длину с места	1			25.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
31	Сложно координированные беговые упражнения	1			29.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
32	Сложно координированные беговые упражнения	1			12.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
33	Бег на выносливость	1			15.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
34	Бег на выносливость	1			19.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
35	Легкоатлетическая эстафета	1			22.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
36	Сдача контрольных нормативов	1	1		26.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
37	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1			29.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
38	Игры с приемами баскетбола	1			02.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
39	Игры с приемами баскетбола	1			05.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
40	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			09.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
41	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			12.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
42	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			16.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
43	Прием «волна» в баскетболе	1			19.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
44	Игры с приемами футбола:	1			26.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	метко в цель					
45	Гонка мячей и слалом с мячом	1			01.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
46	Футбольный бильярд	1			04.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
47	Бросок ногой	1			11.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
48	Подвижные игры на развитие равновесия	1			15.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
49	Правила выполнения спортивных нормативов ГТО 2 степени	1			18.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
50	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			22.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
51	ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			01.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
52	ГТО. Смешанное передвижение	1			05.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
53	ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			08.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
54	ГТО. Подтягивание – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			12.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
55	ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см. Эстафеты	1			15.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
56	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			19.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
57	ГТО. Прыжок в длину с места	1			22.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	толчком двумя ногами. Эстафеты					
58	ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			26.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
59	ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			27.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
60	ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			03.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
61	ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			06.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
62	ГТО. Смешанное передвижение	1			13.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
63	ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			17.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
64	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			20.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
65	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО 2 ступени	1	1		24.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		65	3	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	1			01.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
2	История появления современного спорта	1			05.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
3	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			08.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
4	Дозировка физических нагрузок	1			12.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
5	Виды физических упражнений	1			15.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
6	Закаливание организма под душем. Дыхательная и зрительная гимнастика	1			19.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
7	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики. Строевые команды и упражнения	1			22.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
8	Строевые команды и упражнения	1			26.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
9	Строевые команды и упражнения	1			29.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
10	Перестроения в шеренге и колонне	1			03.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
11	Перестроения в шеренге и колонне	1			06.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
12	Передвижения по гимнастической скамейке. Прыжки через скакалку	1			10.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>



13	Передвижения по гимнастической скамейке. Прыжки через скакалку	1			13.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
14	Передвижения по гимнастической скамейке. Прыжки через скакалку	1			17.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
15	Передвижения по гимнастической стенке. Лазанье по канату	1			20.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
16	Передвижения по гимнастической стенке. Лазанье по канату	1			24.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
17	Передвижения по гимнастической стенке. Лазанье по канату	1			07.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
18	Сдача контрольных нормативов	1	1		10.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
19	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			14.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
20	Прыжок в длину с разбега	1			17.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
21	Прыжок в длину с разбега	1			21.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
22	Прыжок в длину с разбега	1			24.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
23	Броски набивного мяча	1			28.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
24	Броски набивного мяча	1			01.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
25	Челночный бег	1			05.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
26	Челночный бег	1			08.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
27	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			12.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
28	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			15.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
29	Беговые упражнения с	1			19.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	координационной сложностью					
30	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			22.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
31	Беговые упражнения с координационной сложностью	1			26.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
32	Бег на выносливость. Подвижные игры	1			29.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
33	Бег на выносливость. Подвижные игры	1			09.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
34	Бег на выносливость. Подвижные игры	1			12.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
35	Сдача контрольных нормативов	1	1		16.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
36	Правила поведения при подвижных играх	1			19.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
37	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			23.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
38	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1			26.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
39	Спортивная игра баскетбол	1			30.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
40	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			02.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
41	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1			06.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
42	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			09.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
43	Подвижные игры с приемами баскетбола	1			13.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

44	Спортивная игра волейбол	1			16.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
45	Спортивная игра волейбол	1			20.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
46	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			27.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
47	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1			01.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
48	Спортивная игра футбол	1			05.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
49	Подвижные игры с приемами футбола	1			12.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
50	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 степени	1			15.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
51	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			19.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
52	ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			22.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
53	ГТО. Бег на 1000м	1			02.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
54	ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			05.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
55	ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			09.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
56	ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			12.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
57	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1			16.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	Подвижные игры					
58	ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			19.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
59	ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			23.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
60	ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			26.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
61	ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			03.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
62	ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			07.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
63	ГТО. Бег на 1000м	1			14.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
64	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			17.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
65	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?» 2-3 ступени	1			21.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
66	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?» 2-3 ступени	1	1		24.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	3	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	1			01.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			04.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			08.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			11.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			15.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			18.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			22.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			25.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
9	Закаливание организма	1			29.09	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			02.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
11	Акробатическая комбинация	1			06.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
12	Акробатическая комбинация	1			09.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			13.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			16.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			20.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			23.10	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
17	Обучение опорному прыжку	1			10.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
18	Обучение опорному прыжку	1			13.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
19	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			17.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
20	Сдача контрольных нормативов	1	1		20.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
21	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			24.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
22	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			27.11	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
23	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			01.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
24	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			04.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
25	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			08.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
26	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			11.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
27	Беговые упражнения	1			15.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
28	Беговые упражнения	1			18.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

29	Беговые упражнения	1			22.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
30	Метание малого мяча на дальность	1			25.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
31	Метание малого мяча на дальность	1			29.12	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
32	Метание малого мяча на дальность	1			12.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
33	Челночный бег	1			15.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
34	Челночный бег	1			19.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
35	Бег на выносливость	1			22.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
36	Бег на выносливость	1			26.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
37	Сдача контрольных нормативов	1	1		29.01	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
38	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			02.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
39	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			05.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
40	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			09.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
41	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			12.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
42	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			16.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
43	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			19.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
44	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			26.02	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
45	Разучивание подвижной игры	1			01.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>

	«Паровая машина»					
46	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			04.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
47	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			11.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
48	Упражнения из игры волейбол	1			15.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
49	Упражнения из игры баскетбол	1			18.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
50	Упражнения из игры футбол	1			22.03	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
51	Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени	1			01.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
52	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			05.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
53	ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			08.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
54	ГТО. Бег на 1000м	1			12.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
55	ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			15.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
56	ГТО.Подтягивания. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			19.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
57	ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			22.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
58	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			26.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
59	ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			27.04	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
60	ГТО. Поднимание туловища из	1			03.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>



	положения лежа на спине. Подвижные игры					
61	ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			06.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
62	ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			13.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
63	ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			17.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
64	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ	1			20.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
65	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ	1	1		24.05	<a href="http://www.fizkulturavshkole.ru">http://www.fizkulturavshkole.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		65	3		0	

