

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Калининградской области

Управление образования администрации муниципального

образования "Зеленоградский муниципальный округ

Калининградской области"

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

« Средняя общеобразовательная школа г. Зеленоградска»

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
МАОУ «СОШ
г. Зеленоградска»
Протокол № 8
от «31» мая 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам.директора по УВР
МАОУ «СОШ
г.Зеленоградска»

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ
«СОШ
г.Зеленоградска»

В.В. Вирич

Л.М. Иванцова
Приказ № 300 от «9» июня
2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
(ID 2263570)**

**Учебного предмета
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

(для 1–4 классов образовательных организаций)

Зеленоградск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов 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 детей младшего школьного возраста. 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 младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся 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 школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников 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 является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками 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 школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся 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 Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, 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.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

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

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Общее число часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе составляет 270 ч (два часа в неделю в каждом классе): 1 класс — 66 ч; 2 класс — 68 ч; 3 класс — 68 ч; 4 класс — 68 ч.

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.

Плавательная подготовка: правила поведения и техника безопасности на занятиях по плаванию. Элементарные передвижения в воде. Умывания и обрызгивания. Погружение под воду. Лежание на воде. Скольжение.

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 физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Плавательная подготовка. Техника дыхания; техника ног ;техника рук; общая координация при плавании кролем на груди.

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 противходом; 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. Техника дыхания ;техника ног ;техника рук; общая координация при плавании кролем на спине.

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.

Плавательная подготовка. Техника дыхания;техника ног ;техника рук; общая координация при плавании брассом.

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 ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации 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.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- 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

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 УУД:

- 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 учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

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

Предметные результаты

1 КЛАСС

К концу обучения **в первом классе** обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться в воде доступным способом, погружаться под воду, задерживать дыхание, лежать на воде; преодолевать заданное расстояние с поддерживающими средствами и без них.
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

К концу обучения **во втором классе** обучающийся научится:

- 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;
- скользить на груди и спине, выполнять дыхательные упражнения в воде, демонстрировать технику рук и ног, общую координацию при плавании кролем на груди, преодолевать заданную дистанцию способом кроль на груди.
- 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 **третьем классе** обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по 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;
- демонстрировать технику рук и ног, общую координацию при плавании кролем на спине, преодолевать заданную дистанцию способом кроль на спине.
- 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 **четвёртом классе** обучающийся научится:

— 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, лыжной и плавательной подготовкой;

— проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

— демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);

— демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

— демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

— выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

— выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

— демонстрировать технику рук и ног, общую координацию при плавании брассом, преодолевать заданную дистанцию способом брасс.

— 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	контрольные работы	практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	Что понимается под физической культурой	1	0	1	1. https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D0%B0 2. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 3. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Режим дня школьника	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.2.	Осанка человека	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		3			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura

4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.6.	Модуль "Плавательная подготовка". Правила поведения и техника безопасности на занятиях по плаванию.	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.7.	Модуль "Плавательная подготовка". Освоение с водной средой	31	4	27	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Равномерное передвижение в ходьбе и беге	7	1	6	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с места	4	0.5	3.5	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	3	0.5	2.5	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.11.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры	7	1	6	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		59			
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	2	2	0	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	11	55	

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
1.2.	Зарождение Олимпийских игр	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Физическое развитие	0.25	0	0.25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.2.	Физические качества	0.25	0	0.25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura

2.3.	Сила как физическое качество	0,25	0	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.4.	Быстрота как физическое качество	0,25	0	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.5.	Выносливость как физическое качество	0,25	0	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.6.	Гибкость как физическое качество	0,25	0	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.7.	Развитие координации движений	0,25	0	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.8.	Дневник наблюдений по физической культуре	0,25	0	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Закаливание организма	0,5	0	0,5	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.2.	Утренняя зарядка	1	0,5	0,5	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	0,5	0,25	0,25	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		2			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0,25	0,75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	1	0,25	0,75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0,25	0,75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	1	0,25	0,75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные движения	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.7.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника дыхания при плавании кролем на груди.	8	1	7	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.8.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника ног при плавании кролем на груди	8	1	7	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.9.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника рук при плавании кролем на груди	10	1	9	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.10.	Модуль "Плавательная подготовка". Общая координация при плавании кролем на груди.	8	1	7	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.11.	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura

4.12.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.13.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.14.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.15.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0.5	0.5	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.16.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения	3	1	2	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.17.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	7	1	6	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		58			
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	4	0	4	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	11.25	56.75	

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1.	Физическая культура у древних народов	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Виды физических упражнений	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.2.	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.3.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		3			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Закаливание организма	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.2.	Дыхательная гимнастика	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.3.	Зрительная гимнастика	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		3			

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура						
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые команды и упражнения	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Лазанье по канату	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической скамейке	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Передвижения по гимнастической стенке	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Прыжки через скакалку	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Ритмическая гимнастика»	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.7.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1	0.25	0.75		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в длину с разбега	3	1	2		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски набивного мяча	2	1	1		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения повышенной координационной сложности	3	1	2		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.11.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника дыхания при плавании кролем на спине.	8	1	7		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.12.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника ног при плавании кролем на спине.	8	1	7		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.13.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника рук при плавании кролем на спине.	10	1	9		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.14.	Модуль "Плавательная подготовка". Общая координация при плавании кролем на спине.	8	1	7		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры с элементами спортивных игр	4	1	3		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.16.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	4	1	3		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		57				
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура						
5.1.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	4	0	4		1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		4				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	10.75	57.25		

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					

1.1.	Из истории развития физической культуры в России	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
1.2.	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1.	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
2.4.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура					
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
3.2.	Закаливание организма	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		2			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорный прыжок	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической перекладине	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura

4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.10.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника дыхания при плавании брассом.	8	1	7	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.11.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника рук при плавании брассом.	8	1	7	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.12.	Модуль "Плавательная подготовка". Техника ног при плавании брассом.	10	1	9	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.13.	Модуль "Плавательная подготовка". Общая координация при плавании брассом.	8	1	7	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.14.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0.25	0.75	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.16.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.17.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
4.18.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	2	1	1	1. https://infourok.ru/fizkultura-i-osnovnye-ponyatiya-4257843.html 2. https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2016/07/27/fizicheskaya-kultura
Итого по разделу		56			
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура					
5.1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	4	4	0	1. https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	17.25	50.75	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Что понимается под физической культурой	1	0	1	предварительный; фронтальный;
2.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях по плаванию.	1	0	1	предварительный; профилактический; фронтальный;
3.	Режим дня школьника	1	0	1	предварительный; фронтальный;
4.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях по плаванию.	1	1	0	Устный опрос; оперативный; фронтальный; индивидуальный;
5.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге.	1	0	1	предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
6.	Освоение с водной средой.	1	0.25	0.75	профилактический; фронтальный; индивидуальный;
7.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0.5	0.5	текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
8.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	профилактический; фронтальный; индивидуальный;
9.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0.5	0.5	текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
10.	Освоение с водной средой.	1	0.25	0.75	профилактический; фронтальный; индивидуальный;

11.	Прыжок в длину с места	1	0.25	0.75	предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
12.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
13.	Прыжок в длину и высоту с прямого рвзбега	1	0.25	0.75	предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
14.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
15.	Осанка человека	1	0	1	Устный опрос; предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
16.	Освоение с водной средой. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Практическая работа; итоговый; фронтальный; индивидуальный;
17.	Правила поведения на уроке физическая культура	1	0.25	0.75	Устный опрос; предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
18.	Освоение с водной средой. Техника безопасности.	1	0	1	Практическая работа; предварительный; профилактический; фронтальный; ;
19.	Исходные положения физических упражнений	1	0.5	0.5	Практическая работа; предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;

20.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
21.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
22.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
23.	Гимнастические упражнения	1	0.5	0.5	Практическая работа; предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;
24.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
25.	Акробатические упражнения	1	0.5	0.5	Практическая работа; предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;

26.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
27.	Рефлексия: Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;
28.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
29.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	0.25	0.75	Практическая работа; итоговый; индивидуальный;
30.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
31.	Утренняя зарядка и физкультминутка в режиме дня школьника	1	0.25	0.75	Практическая работа; итоговый; индивидуальный;
32.	Освоение с водной средой. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
33.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	предварительный; коррекционный; фронтальный; индивидуальный;

34.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
35.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; фронтальный; индивидуальный;
36.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
37.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
38.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
39.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
40.	. Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
41.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;

42.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
43.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
44.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
45.	Подвижные игры	1	0.25	0.75	Контрольная работа; итоговый; индивидуальный;
46.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
47.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
48.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
49.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;

50.	Освоение с водной средой. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
51.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
52.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
53.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	0.25	0.75	Зачет; оперативный; индивидуальный;
54.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
55.	Прыжок в длину с места	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;
56.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
57.	Прыжок в длину с места	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;

58.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
59.	Прыжок в длину с места	1	0.25	0.75	Зачет; оперативный; индивидуальный;
60.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
61.	Прыжок в длину и высоту с прямого разбега	1	0.25	0.75	текущий; индивидуальный;
62.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
63.	Прыжок в длину и высоту с прямого разбега	1	0.25	0.75	Зачет; оперативный; индивидуальный;
64.	Освоение с водной средой	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; корректирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
65.	Рефлексия: Демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;

66.	Освоение с водной средой. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; индивидуальный; групповой;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	17.5	48.5	

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0.5	0.5	Предварительный; фронтальный;
2.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0	1	предварительный; коррекционный; ; фронтальный;;
3.	Закаливание организма. Составление индивидуальных комплексов зарядки.	1	0.5	0.5	Предварительный; фронтальный;
4.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	предварительный; коррекционный; ; фронтальный;;
5.	Правила поведения на занятиях легкой атлетикой.	1	1	0	Устный опрос; предварительный; фронтальный;
6.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; ; фронтальный; индивидуальный; групповой.;
7.	Броски мяча в неподвижную мишень.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;

8.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; ; фронтальный; индивидуальный; групповой.;
9.	Прыжки в высоту с прямого разбега.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;
10.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; ; фронтальный; индивидуальный; групповой.;
11.	Сложно координированные беговые упражнения.	1	0.5	0.5	Зачет; оперативный; индивидуальный;
12.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; ; фронтальный; индивидуальный; групповой.;
13.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;
14.	Техника дыхания при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; ; фронтальный; индивидуальный; групповой.;
15.	Физическое развитие. Физические качества. Сила как физическое качество. Быстрота как физическое качество.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;

16.	Техника дыхания при плавании кролем на груди. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; ; фронтальный; индивидуальный; групповой.;
17.	Выносливость как физическое качество. Гибкость как физическое качество. Развитие координации движения. Дневник наблюдения по физической культуре.	1	0.75	0.25	Предварительный; фронтальный;
18.	Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный коррекционный индивидуальный фронтальный групповой;
19.	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;
20.	Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
21.	Строевые упражнения и команды.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;
22.	. Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
23.	Гимнастическая разминка.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;

24.	Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
25.	Упражнения с гимнастической скакалкой.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;
26.	Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
27.	Упражнения с гимнастическим мячом.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;
28.	Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
29.	Танцевальные движения.	1	0.5	0.5	Текущий; индивидуальный;
30.	Техника ног при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
31.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Зачет; Тестирование; текущий; индивидуальный;

32.	Техника ног при плавании кролем на груди. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
33.	История подвижных игр и соревнований у древних народов.	1	0.5	0.5	Предварительный; фронтальный;
34.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
35.	Зарождение Олимпийских игр.	1	0.5	0.5	Предварительный; фронтальный;
36.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный фронтальный; индивидуальный;
37.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;
38.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
39.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;
40.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;

41.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;
42.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
43.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
44.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
45.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
46.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
47.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
48.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;

49.	Подвижные игры.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
50.	Техника рук при плавании кролем на груди	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
51.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0.5	0.5	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
52.	Техника рук при плавании кролем на груди.Контроль умений и навыков.	1	0.25	0.75	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
53.	Броски мяча в неподвижную мишень.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
54.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
55.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
56.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
57.	Сложно координированные прыжковые упражнения.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;

58.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
59.	Сложно координированные прыжковые упражнения.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
60.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
61.	Сложно координированные беговые упражнения.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
62.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
63.	Сложно координированные беговые упражнения.	1	0.5	0.5	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;;
64.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0.25	0.75	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
65.	Прыжок в высоту с прямого разбега.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;

66.	Общая координация при плавании кролем на груди.	1	0	1	Практическая работа; текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
67.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
68.	Общая координация при плавании кролем на груди. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	24.5	43.5	

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Физическая культура у древних народов.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;
2.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0	1	Практическая работа; предварительный; фронтальный;
3.	Виды физических упражнений.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;

4.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
5.	Прыжок в длину с разбега.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
6.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
7.	Прыжок в длину с разбега.	1	0.5	0.5	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;;
8.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
9.	Броски набивного мяча.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
10.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
11.	Беговые упражнения повышенной координационной сложности.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;

12.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
13.	Беговые упражнения повышенной координационной сложности.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
14.	Техника дыхания при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
15.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; фронтальный; индивидуальный;;
16.	Техника дыхания при плавании кролем на спине. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Практическая работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
17.	Дыхательная гимнастика.	1	0	1	предварительный; фронтальный;;
18.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0	1	предварительный; фронтальный;
19.	Зрительная гимнастика.	1	0	1	предварительный; фронтальный;;
20.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;

21.	Строевые команды и упражнения.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
22.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
23.	Лазание по канату.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
24.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
25.	Передвижения на гимнастической скамейке.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
26.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
27.	Передвижения по гимнастической стенке.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
28.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;

29.	Прыжки через скакалку.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
30.	Техника ног при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
31.	Ритмическая гимнастика.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
32.	Техника ног при плавании кролем на спине. Контроль умений и навыков.	1	0.25	0.75	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
33.	Танцевальные упражнения.	1	0.25	0.75	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
34.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0	1	Практическая работа; предварительный; профилактический; фронтальный;
35.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
36.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
37.	Закаливание организма.	1	0	1	предварительный; фронтальный;;

38.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
39.	Подвижные игры с элементами подвижных игр.	1	0.25	0.75	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
40.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
41.	Подвижные игры с элементами подвижных игр.	1	0.25	0.75	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
42.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
43.	Подвижные игры с элементами подвижных игр.	1	0.25	0.75	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
44.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
45.	Подвижные игры с элементами подвижных игр.	1	0.25	0.75	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;

46.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
47.	Спортивные игры.	1	0.25	0.75	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
48.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
49.	Спортивные игры.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
50.	Техника рук при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; групповой; фронтальный;
51.	Спортивные игры.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
52.	Техника рук при плавании кролем на спине. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
53.	Спортивные игры.	1	0.25	0.75	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;;

54.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; профилактический; фронтальный;
55.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
56.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный; групповой;
57.	Измерение пульса на уроках физической культуры.	1	0	1	предварительный; фронтальный;;
58.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный; групповой;
59.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой.	1	0	1	предварительный; фронтальный;;
60.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный; групповой;
61.	Прыжок в длину с разбега.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;

62.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный; групповой;
63.	Броски набивного мяча.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
64.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный; групповой;
65.	Беговые упражнения повышенной координационной сложности.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
66.	Общая координация при плавании кролем на спине.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; фронтальный; индивидуальный; групповой;
67.	Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
68.	Общая координация при плавании кролем на спине. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; ; индивидуальный;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	16.25	51.75	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	Из истории развития физической культуры в России.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;;
2.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0	1	Практическая работа; Предварительный; фронтальный;
3.	Из истории развития национальных видов спорта.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;;
4.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
5.	Предупреждение травм на занятиях легкой атлетикой.	1	0.5	0.5	Предварительный; фронтальный; устный опрос;
6.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
7.	Беговые упражнения	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
8.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
9.	Метание малого мяча на дальность.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;

10.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
11.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
12.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
13.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
14.	Техника дыхания при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
15.	Рефлексия: демонстрация прироста в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
16.	Техника дыхания при плавании брассом. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
17.	Упражнения для профилактики нарушений осанки.	1	0	1	коррекционный; предварительный; фронтальный;;

18.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; профилактический; индивидуальный; фронтальный; групповой;
19.	Закаливание организма.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;;
20.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
21.	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений.	1	0.25	0.75	Предварительный; фронтальный;;
22.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
23.	Акробатическая комбинация.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
24.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
25.	Акробатическая комбинация.	1	0.5	0.5	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;;

26.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
27.	Опорный прыжок.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
28.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
29.	Упражнения на гимнастической перекладине.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
30.	Техника рук при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
31.	Танцевальные упражнения.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;
32.	Техника рук при плавании брассом. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный; фронтальный; групповой;
33.	Танцевальные упражнения.	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;;

34.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
35.	Рефлексия: демонстрация прироста в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;
36.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
37.	Самостоятельная физическая подготовка.	1	0	1	Предварительный; фронтальный; практическая работа;
38.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
39.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;;
40.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
41.	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми.	1	0.25	0.75	Предварительный; фронтальный;;

42.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
43.	Подвижные игры в общей физической подготовке.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;
44.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
45.	Технические действия игры волейбол.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;
46.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
47.	Технические действия игры волейбол.	1	0.5	0.5	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;
48.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
49.	Технические действия игры баскетбол.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;

50.	Техника ног при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
51.	Технические действия игры баскетбол.	1	0.5	0.5	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;;
52.	Техника ног при плавании брассом. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
53.	Технические действия игры футбол.	1	0.5	0.5	Текущий; фронтальный; индивидуальный;;
54.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; предварительный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
55.	Технические действия игры футбол.	1	0.5	0.5	Итоговый; фронтальный; индивидуальный;;
56.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
57.	Рефлексия: демонстрация прироста в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;;

58.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
59.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;
60.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
61.	Беговые упражнения .	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;
62.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
63.	Метание малого мяча на дальность	1	0.5	0.5	текущий; фронтальный; индивидуальный;
64.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
65.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности.	1	0	1	Предварительный; фронтальный;

66.	Общая координация при плавании брассом.	1	0.25	0.75	Практическая работа; Текущий; коррекционный; индивидуальный; фронтальный; групповой;
67.	Рефлексия: демонстрация прироста в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	Тестирование; итоговый; индивидуальный;
68.	Общая координация при плавании брассом. Контроль умений и навыков.	1	0.5	0.5	Контрольная работа; итоговый; констатирующий; индивидуальный;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	19.25	48.75	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

2 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

3 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

4 КЛАСС

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение».

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1 КЛАСС

- 1.Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Распопова Е.А.Год издания: 2014 ISBN: 9785446803095Страниц: 320Издательство: "Академия"
- 2.Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
- 3.Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.
- 4.Капотов, П. П. Обучение плаванию / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, 2018. - 498 с.
- 5.Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020. 170 с.
- 6.Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 184 с.
- 7.Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019. 254 с.
- 8.Теория и методика обучения предмету "физическая культура". Водные виды спорта. Учебное пособие / под ред. Булгакова Н. Ж. М.: Юрайт, 2019. 304 с.

2 КЛАСС

- 1.Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Распопова Е.А.Год издания: 2014 ISBN: 9785446803095Страниц: 320Издательство: "Академия"
- 2.Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
- 3.Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.
- 4.Капотов, П. П. Обучение плаванию / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, 2018. - 498 с.
- 5.Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020. 170 с.

6. Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 184 с.
7. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019. 254 с.
8. Теория и методика обучения предмету "физическая культура". Водные виды спорта. Учебное пособие / под ред. Булгакова Н. Ж. М.: Юрайт, 2019. 304 с.

3 КЛАСС

1. Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Распопова Е.А. Год издания: 2014 ISBN: 9785446803095 Страниц: 320 Издательство: "Академия"
2. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
3. Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.
4. Капотов, П. П. Обучение плаванию / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, 2018. - 498 с.
5. Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020. 170 с.
6. Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 184 с.
7. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019. 254 с.
8. Теория и методика обучения предмету "физическая культура". Водные виды спорта. Учебное пособие / под ред. Булгакова Н. Ж. М.: Юрайт, 2019. 304 с.

4 КЛАСС

1. Булгакова Н.Ж., Попов О.И., Распопова Е.А. Год издания: 2014 ISBN: 9785446803095 Страниц: 320 Издательство: "Академия"
2. Бурухин С. Ф. Методика обучения физической культуре. Гимнастика. М.: Юрайт, 2019. 174 с.
3. Германов Г. Н., Корольков А. Н., Сабирова И. А. Теория и история физической культуры и спорта. Учебное пособие для СПО. В 3-х томах. Том 1. Игры олимпиад. М.: Юрайт, 2019. 794 с.
4. Капотов, П. П. Обучение плаванию / П.П. Капотов. - М.: Воениздат, 2018. - 498 с.
5. Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение. М.: Юрайт, 2020. 170 с.
6. Пельменев В. К., Конеева Е. В. История физической культуры. М.: Юрайт, 2019. 184 с.
7. Рубанович В. Б. Врачебно-педагогический контроль при занятиях физической культурой. Учебное пособие. М.: Юрайт, 2019. 254 с.
8. Теория и методика обучения предмету "физическая культура". Водные виды спорта. Учебное пособие / под ред. Булгакова Н. Ж. М.: Юрайт, 2019. 304 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1 КЛАСС

1. http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632 Педагогические условия обучения младших школьников элементам игры в баскетбол
2. <http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html> ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ (Спортивный праздник для детей и родителей)
3. <http://www.gto-normy.ru/page/5/> Нормы ГТО ру | Нормативы Минспорта РФ - Part 5

- 4.http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287 Спортивные праздники - Материалы к праздникам
- 5.<http://pedsovet.su/load/436> Сообщество взаимопомощи учителей - Pedsovet.su - интернет-сообщество учителей
- 6.<http://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования
- 7.<https://multiurok.ru/> Сайт для учителей
- 8.<http://fizkultura-na5.ru/> Сайт учителей физкультуры "ФИЗКУЛЬТУРА НА 5"
- 9.<http://fiskult-ura.ucoz.ru/> Сайт «ФизкультУра»
- 10.<http://spo.1september.ru/urok/> Сайт «Я иду на урок физкультуры»
- 11.<http://festival.1september.ru> – фестиваль педагогических идей - Российский общеобразовательный портал
- 12.<http://collection.edu.ru/> - Российский общеобразовательный портал. Сборник методических разработок для школы.
- 13.<http://www.it-n.ru/> - Сеть творческих учителей
- 14.<http://www.it-n.ru/> - Всероссийский Интернет – педсовет
- 15.<http://pedsovet.su/load/98> http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib – сеть творческих учителей/ Сообщество учителей физической культуры
- 16.<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- 17.<http://www.uchportal.ru/> - учительский портал
- 18.<http://methodsovet.su/forum/15-117-1> образовательный сайт для учителей физической культуры
- 19.<http://www.openclass.ru/node/514768> Сетевое образовательное сообщество "Открытый класс"
- 20.<http://www.uroki.net/> Сайт для учителей физкультуры

2 КЛАСС

- 1.http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632 Педагогические условия обучения младших школьников элементам игры в баскетбол
- 2.<http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html> ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ (Спортивный праздник для детей и родителей)

- 3.<http://www.gto-normy.ru/page/5/> Нормы ГТО ру | Нормативы Минспорта РФ - Part 5
- 4.http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287 Спортивные праздники - Материалы к праздникам
- 5.<http://pedsovet.su/load/436> Сообщество взаимопомощи учителей - Pedsovet.su - интернет-сообщество учителей
- 6.<http://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования
- 7.<https://multiurok.ru/> Сайт для учителей
- 8.<http://fizkultura-na5.ru/> Сайт учителей физкультуры "ФИЗКУЛЬТУРА НА 5"
- 9.<http://fiskult-ura.ucoz.ru/> Сайт «ФизкультУра»
- 10.<http://spo.1september.ru/urok/> Сайт «Я иду на урок физкультуры»
- 11.<http://festival.1september.ru> – фестиваль педагогических идей - Российский общеобразовательный портал
- 12.<http://collection.edu.ru/> - Российский общеобразовательный портал. Сборник методических разработок для школы.
- 13.<http://www.it-n.ru/> - Сеть творческих учителей
- 14.<http://www.it-n.ru/> - Всероссийский Интернет – педсовет
- 15.<http://pedsovet.su/load/98> http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib – сеть творческих учителей/ Сообщество учителей физической культуры
- 16.<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- 17.<http://www.uchportal.ru/> - учительский портал
- 18.<http://metodsovet.su/forum/15-117-1> образовательный сайт для учителей физической культуры
- 19.<http://www.openclass.ru/node/514768> Сетевое образовательное сообщество "Открытый класс"
- 20.<http://www.uroki.net/> Сайт для учителей физкультуры

3 КЛАСС

- 1.http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632 Педагогические условия обучения младших школьников элементам игры в баскетбол

- 2.<http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html> ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ (Спортивный праздник для детей и родителей)
- 3.<http://www.gto-normy.ru/page/5/> Нормы ГТО ру | Нормативы Минспорта РФ - Part 5
- 4.http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287 Спортивные праздники - Материалы к праздникам
- 5.<http://pedsovet.su/load/436> Сообщество взаимопомощи учителей - Pedsovet.su - интернет-сообщество учителей
- 6.<http://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования
- 7.<https://multiurok.ru/> Сайт для учителей
- 8.<http://fizkultura-na5.ru/> Сайт учителей физкультуры "ФИЗКУЛЬТУРА НА 5"
- 9.<http://fiskult-ura.ucoz.ru/> Сайт «ФизкультУра»
- 10.<http://spo.1september.ru/urok/> Сайт «Я иду на урок физкультуры»
- 11.<http://festival.1september.ru> – фестиваль педагогических идей - Российский общеобразовательный портал
- 12.<http://collection.edu.ru/> - Российский общеобразовательный портал. Сборник методических разработок для школы.
- 13.<http://www.it-n.ru/> - Сеть творческих учителей
- 14.<http://www.it-n.ru/> - Всероссийский Интернет – педсовет
- 15.<http://pedsovet.su/load/98> http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib – сеть творческих учителей/ Сообщество учителей физической культуры
- 16.<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры
- 17.<http://www.uchportal.ru/> - учительский портал
- 18.<http://methodsovet.su/forum/15-117-1> образовательный сайт для учителей физической культуры
- 19.<http://www.openclass.ru/node/514768> Сетевое образовательное сообщество "Открытый класс"
- 20.<http://www.uroki.net/> Сайт для учителей физкультуры

4 КЛАСС

- 1.http://www.bibliofond.ru/download_list.aspx?id=14632 Педагогические условия обучения младших

школьников элементам игры в баскетбол

2.<http://doshkolnik.ru/sport-trenirovki/15139-olimpiyskie-igry-sportivnyiy-prazdnik-dlya-deteiy-i-roditeley.html> ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ (Спортивный праздник для детей и родителей)

3.<http://www.gto-normy.ru/page/5/> Нормы ГТО ру | Нормативы Минспорта РФ - Part 5

4.http://easyen.ru/load/scenarii_prazdnikov/sportivnye_prazdniki/287 Спортивные праздники - Материалы к праздникам

5.<http://pedsovet.su/load/436> Сообщество взаимопомощи учителей - Pedsovet.su - интернет-сообщество учителей

6.<http://nsportal.ru/> Социальная сеть работников образования

7.<https://multiurok.ru/> Сайт для учителей

8.<http://fizkultura-na5.ru/> Сайт учителей физкультуры "ФИЗКУЛЬТУРА НА 5"

9.<http://fiskult-ura.ucoz.ru/> Сайт «ФизкультУра»

10.<http://spo.1september.ru/urok/> Сайт «Я иду на урок физкультуры»

11.<http://festival.1september.ru> – фестиваль педагогических идей - Российский общеобразовательный портал

12.<http://collection.edu.ru/> - Российский общеобразовательный портал. Сборник методических разработок для школы.

13.<http://www.it-n.ru/> - Сеть творческих учителей

14.<http://www.it-n.ru/> - Всероссийский Интернет – педсовет

15.<http://pedsovet.su/load/98> http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib – сеть творческих учителей/ Сообщество учителей физической культуры

16.<http://www.trainer.h1.ru/> - сайт учителя физ.культуры

17.<http://www.uchportal.ru/> - учительский портал

18.<http://methodsovet.su/forum/15-117-1> образовательный сайт для учителей физической культуры

19.<http://www.openclass.ru/node/514768> Сетевое образовательное сообщество "Открытый класс"

20.<http://www.uroki.net/> Сайт для учителей физкультуры

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Спортивный зал, волейбольный мяч, баскетбольный мяч, футбольный мяч, набивной мяч, скакалка, обруч, гимнастические маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, перекладина, канат, коррекционная беговая дорожка, беговые барьеры.

Бассейн. Плавательные доски, колобашки, мячи, палки, ласты, спасательные жилеты.

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Спортивный зал, волейбольный мяч, баскетбольный мяч, футбольный мяч, набивной мяч, скакалка, обруч, гимнастические маты, гимнастическая скамейка, гимнастическая стенка, перекладина, канат, коррекционная беговая дорожка, беговые барьеры.

Бассейн: секундомер, свисток, спасательный шест, кольца для погружения, мячи, плавательные доски.

