

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
основная общеобразовательная школа  
рабочего поселка Сосновоборск Сосновоборского района Пензенской области

Приняты  
на педагогическом совете школы  
протокол № 8 от 10.01.2024 г.

Утверждены  
директор школы  
\_\_\_\_\_ Г.А.Абузярова  
приказ № 6 от 10.01.2024 г.

**Изменения в рабочую программу  
учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 1-4 классов

**р.п.Сосновоборск, 2024 г**

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1

## КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Режим дня школьника	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Гигиена человека	0	0	0	
1.2	Осанка человека	0	0	0	
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.2	Лыжная подготовка	10	0	10	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.3	Легкая атлетика	17	0	17	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.4	Подвижные и спортивные игры	11	0	11	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

Итого по разделу		50			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10	0	10	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		62	0	62	

## 2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	0	0	0	
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	8	0	8	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.2	Лыжная подготовка	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.3	Легкая атлетика	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.4	Подвижные игры	20	0	20	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		52			

<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10	0	10	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		10			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>64</b>	<b>0</b>	<b>64</b>	

### 3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	0	0	0	
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	0	0	0	
2.3	Физическая нагрузка	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Закаливание организма	0	0	0	
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	8	0	8	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.2	Легкая атлетика	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.3	Лыжная подготовка	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

2.4	Плавательная подготовка	0	0	0	
2.5	Подвижные и спортивные игры	22	0	22	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		54			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	8	0	8	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		8			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		64	0	64	

## 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		1			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	0	0	0	
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	0	0	0	
1.2	Закаливание организма	0	0	0	
Итого по разделу		0			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	8	0	8	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.2	Легкая атлетика	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>



2.3	Лыжная подготовка	12	0	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2.4	Плавательная подготовка	0	0	0	
2.5	Подвижные и спортивные игры	21	0	21	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		53			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	9	0	9	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
Итого по разделу		9			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		64	0	64	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 1  
КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. История Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне). Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры. Обычный бег. Бег с ускорением. Развитие скоростных качеств.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2	Модуль «Легкая атлетика». История лёгкой атлетики. Общепринятая терминология и команды. Виды легкой атлетики. Бег с изменением скорости и направления по сигналу	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3	Модуль «Легкая атлетика». История древних Олимпийских игр: Кто как передвигается.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	Челночный бег. Бег в равномерном темпе.					
4	Модуль «Легкая атлетика». Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. Комплекс общеразвивающих упражнений. Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. Бег 30м. Комплекс общеразвивающих упражнений. Подвижная игра «Вызов номеров».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
5	Модуль «Легкая атлетика». Характеристика основных понятий: ходьба и спортивная ходьба; беговые дистанции (короткая, средняя и длинная); эстафета; смешанные передвижения (бег-ходьба, бег-прыжки, ходьба-прыжки).	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
6	Модуль «Легкая атлетика». Режим дня и личная гигиена. Режим дня школьника. Режим дня и правила его составления и соблюдения. Подвижные игры на свежем воздухе. Бег 60 м. Подвижная игра «Вызов номеров». Развитие	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	скоростных качеств.					
7	Модуль «Легкая атлетика». Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед. Прыжок в длину с места. Метание мяча на дальность.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
8	Модуль «Легкая атлетика». Бег в равномерном темпе 500 м. Развитие скоростно-силовых качеств	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
9	Модуль «Легкая атлетика». Челночный бег 3*10. Метание мяча в цель. Что понимается под физической культурой. Понятия, определения	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
10	Модуль «Легкая атлетика». Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Чередование ходьбы, бега (бег 50м, ходьба 100м).	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
11	Модуль «Подвижные игры». Техника безопасности на уроках. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	Подвижные игры.					
12	Модуль «Подвижные игры». Знакомство с историей возникновения народных игр. Средства народной культуры. Игра «Бросай – поймай». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей. Передача и ловля мяча.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
13	Модуль «Подвижные игры». Эстафеты с мячами. Метко в цель. Развитие координационных способностей	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
14	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
15	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
16	Модуль «Подвижные игры». Эстафеты. Упражнения с предметами: со скакалкой - прыжки с вращением скакалки	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	вперед и назад, на двух и одной ноге, с ноги на ногу, прыжки с поворотами, бег, перепрыгивая через скакалку					
17	Модуль «Гимнастика». Техника безопасности и гигиенические требования на уроке гимнастики Основная стойка. Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Повороты в строю.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
18	Модуль «Гимнастика». Перестроение из одной шеренги в три ступаами и из колонны по одному в колонну по три и четыре поворотом в движении. Упражнения на развитие гибкости	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
19	Модуль «Гимнастика». Построение в колонну по одному, в шеренгу, в круг. Простые акробатические упражнения: упоры - присев, лежа; упор стоя на коленях; упор, лежа на бёдрах; упор, сидя сзади.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
20	Модуль «Гимнастика». Построение в шеренгу, в круг. Повороты в строю. Группировка. Перекааты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

21	Модуль «Гимнастика». Седы - на пятках, на пятках с наклоном, углом; группировка в приседе, сидя и лёжа на спине; перекаты в группировке вперёд-назад; из группировки сидя перекат назад-вперёд на спине; перекат из упора присев в упор присев;	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
22	Модуль «Гимнастика». Перекаты в группировке, назад, на бок. ОРУ. кувырок вперёд. Развитие координационных способностей	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
23	Модуль «Гимнастика». Из упора присев перекат назад стойка на лопатках (держать) – перекатом вперёд лечь и «мост» - лечь	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
24	Модуль «Гимнастика». Перестроение из 1 шеренги в 2 и обратно. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. Выполнение команды «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». ОРУ с предметами. Стойка на носках, на гимнастической скамейке. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
25	Модуль «Гимнастика». Висы	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	простые; вис, на согнутых руках, согнув ноги.					
26	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
27	Модуль «Гимнастика». Ходьба в равновесии по гимнастическому бревну.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
28	Модуль «Гимнастика». Комбинация из ранее изученных элементов. Лазание по гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
29	Модуль «Гимнастика». Преодоление полосы препятствий из гимнастического оборудования.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
30	Модуль «Подвижные игры». Техника безопасности. Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
31	Техника безопасности по лыжной подготовке. Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
32	Строевые упражнения с лыжами в руках	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>



33	Упражнения в передвижении на лыжах	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
34	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
35	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
36	Техника ступающего шага во время передвижения	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
37	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
38	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
39	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
40	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled-1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
41	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
42	Модуль «Подвижные игры». Техника безопасности на уроках. Удары в по мячу правой и левой ногой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

43	Модуль «Подвижные игры». Ведение и удар по воротам	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
44	Модуль «Подвижные игры». Подводящие упражнения для обучения ведению мяча. Принятие исходного положения для ведения мяча. Ведения мяча на месте правой, а затем левой рукой шагом по прямой; бегом по прямой; по кругу; в движении с изменением направления и скорости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
45	Модуль «Подвижные игры». Элементы спортивных игр. Ловля и передача в парах.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
46	Модуль «Подвижные игры». Ловля и передача мяча двумя руками от груди, стоя на месте. Ведение мяча на месте	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
47	Модуль «Подвижные игры». Ведение мяча на месте с поворотом. Эстафеты. Игра «Мяч в обруч».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
48	Модуль «Подвижные игры». Обучение броскам мяча в упрощенных условиях - одной рукой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
49	Модуль «Легкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Прыжок в длину с места.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

50	Модуль «Легкая атлетика». Низкий старт. Метание малого на дальность с 2-3 шагов разбега.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
51	Модуль «Легкая атлетика». Бро- сок набивного мяча (до 1 кг) из положения стоя лицом в направлении метания двумя руками от груди. Бег 30 метров	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
52	Модуль «Легкая атлетика». Челночный бег 3*10	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
53	Модуль «Легкая атлетика». Метание мяча в цель.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
54	Модуль «Легкая атлетика». Эстафетный бег. Прыжок в высоту с места.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
55	Модуль «Легкая атлетика». Чередование ходьбы, бега (бег 30м, ходьба 60м).	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
56	Модуль «Легкая атлетика». Смешанное передвижение 1000 метров	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
57	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО

	подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО					(gto.ru)
58	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
59	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
60	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
61	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)

62	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		62	0	62		

## 2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
4	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)

	Эстафеты					
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
7	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
8	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжок в длину с места. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
9	Модуль «Лёгкая атлетика» Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
10	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1		
11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

12	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
13	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
14	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
15	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
16	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры. Игры с приемами футбола: метко в цель.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
17	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
18	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>



	команды на уроках физической культуры.					
19	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
20	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
21	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
22	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.					
23	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения 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.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
24	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
26	Физическая подготовка: освоение	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled-

	содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО					1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
27	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
28	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Разучивание подвижной игры «Брось-поймай».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
29	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Подвижной игра «Пингвины с мячом».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
30	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
31						
32						

33	Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
34	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
35	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
36	Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
37	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 2 км.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
38	Модуль «Зимние виды спорта». Игры на лыжах: «С горки на горку», Эстафета с передачей палок»	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
39	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

40	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
41	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
42	Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 3 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
43	Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
44	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
45	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled-1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
46	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
47	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в					<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled-

	показателях физической подготовленности и нормативных требований	1	0	1		1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
48	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Прием «волна» в баскетболе	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
49	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
50	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры с приемами баскетбола	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
51	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
52	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
53	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
54	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

55	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
56	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
57	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
58	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
59	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. Удары по воротам. Передачи в парах, тройках.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
60	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

61	Модуль«Лёгкая атлетика». Сложно координированные беговые упражнения .	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
62	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
63	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
64	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
65	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
66	Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		64	0	64	



### 3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
4	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)

	Эстафеты					
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
7	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
8	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжок в длину с места. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
9	Модуль «Лёгкая атлетика» Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
10	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

12	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
13	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
14	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
15	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
16	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры. Игры с приемами футбола: метко в цель.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
17	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

18	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
19	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
20	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
21	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

22	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
23	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения 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.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
24	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)

26	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)</a>
27	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
28	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Разучивание подвижной игры «Брось-поймай».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
29	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Подвижной игра «Пингвины с мячом».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
30	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
31	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

32	Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
33	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
34	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
35	Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
36	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
37	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
38	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

39	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
40	Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъемами и спусками с гор, преодоление подъемов и препятствий.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
41	Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 4 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
42	Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
43	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
44	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
45	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)



46	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Прием «волна» в баскетболе	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
47	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
48	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры с приемами баскетбола	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
49	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
50	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
51	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
52	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
53	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

54	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
55	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
56	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
57	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. Удары по воротам. Передачи в парах, тройках.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
58	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
59	Модуль«Лёгкая атлетика». Сложно координированные беговые упражнения .	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

60	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
61	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
62	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
63	Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
64	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		64	0	64	

#### 4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
4	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)

	Эстафеты					
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
7	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
8	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжок в длину с места. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
9	Модуль «Лёгкая атлетика» Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
10	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
11	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

12	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
13	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
14	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
15	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
16	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры. Игры с приемами футбола: метко в цель.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
17	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
18	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	команды на уроках физической культуры.					
19	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
20	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
21	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
22	Модуль "Гимнастика с основами	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	акробатики". Исходные положения в физических упражнениях Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.					
23	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения 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.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
24	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
26	Физическая подготовка: освоение	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled-



	содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО					1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
27	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
28	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Разучивание подвижной игры «Брось-поймай».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
29	Модуль "Подвижные и спортивные игры" Подвижной игра «Пингвины с мячом».	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
30	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
31	Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
32	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

33	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
34	Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
35	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
36	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
37	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

38	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
39	Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъемами и спусками с гор, преодоление подъемов и препятствий.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
40	Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 4 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
41	Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
42	Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
44	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)

45	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований	1	0	1		<a href="http://resh.edu.ru/Untitled-1(gto.ru)ВФСКГТО(gto.ru)">http://resh.edu.ru/Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)</a>
46	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Прием «волна» в баскетболе	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
47	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
48	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры с приемами баскетбола	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
49	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
50	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
51	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

52	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
53	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
54	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
55	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
56	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
57	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. Удары по воротам. Передачи в парах, тройках.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
58	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

	в длину с места.					
59	Модуль «Лёгкая атлетика». Сложно координированные беговые упражнения .	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
60	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
61	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
62	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
63	Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	1	0	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

64	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	<a href="http://resh.edu.ru/">http://resh.edu.ru/</a> Untitled- 1 (gto.ru) ВФСК ГТО (gto.ru)
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		64	0	64	