

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство общего и профессионального образования
Ростовской области
Управление образования города Ростова-на-Дону
МБОУ "Школа № 26"

РАССМОТРЕНО
Методическим
советом МБОУ
"Школа № 26"

Протокол № 1 от «29»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель
директора по УВР

Нешмонина Е.В.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы

Е.В. Зиновьева
Приказ № 306
от «31» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3350259)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1-4 классов

на 2024 – 2025 учебный год

Составители: Папана Карина Олеговна
Саломеха Елизавета Александровна

город Ростов-на-Дону
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В связи с началом нового учебного года в рабочую программу по физической культуре 1-4 классов внесены следующие изменения:

Раздел: Местов учебного предмета в учебном плане.

В соответствии с учебным планом МБОУ «Школа № 26» на 2024-2025 учебный год, Календарным учебным графиком МБОУ «Школа № 26» на 2024-2025 учебный год и Расписанием учебных занятий на 2024-2025 учебный год рабочая программа по физической культуре в 1-4 классах рассчитана:

в 1 «А» классе – 99 часа (3 часа в неделю), 3 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 1 «Б» классе – 99 часа (3 часа в неделю), 3 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 2 «А» классе – 68 часа (2 часа в неделю), 3 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 2 «Б» классе – 68 часа (2 часа в неделю), 3 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 3 «А» классе – 68 часа (2 часа в неделю), 1 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 3 «Б» классе – 68 часа (2 часа в неделю), 2 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 4 «А» классе – 68 часа (2 часа в неделю), 2 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

в 4 «Б» классе – 68 часа (2 часа в неделю). 2 часа спланировано за счет блочной подачи материала.

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	Знания о физической культуре	10			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		10			
Раздел 2. Способы физкультурной деятельности					
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями. Самоконтроль	4			https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты	5			https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2.3	Строевые команды и построения	1			https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		10			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					

1.1	Освоение упражнений основной гимнастики	34			https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
1.2	Игры и игровые задания, спортивные эстафеты	20			https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
1.3	Организующие команды и приёмы	2			https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		56			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Овладение физическими упражнениями	20			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		20			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		96	0	0	

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	Знания о физической культуре	4			https://urok.apkpro.ru/
1.2	Основы навыков плавания	1			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		5			
Раздел 2. Способы физкультурной деятельности					
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями	3			https://urok.apkpro.ru/
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые расчёты и упражнения	4			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		7			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Техника выполнения упражнений основной гимнастики	32			https://urok.apkpro.ru/

1.2	Игры и игровые задания, спортивные эстафеты	7			https://urok.apkpro.ru/
1.3	Организующие команды и приёмы	1			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		40			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Техника выполнения упражнений для развития координации и развития жизненно важных навыков и умений	13			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		13			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		65	0	0	

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	Знания о физической культуре	3			https://urok.apkpro.ru/
1.2	Основы навыков плавания	4			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		7			
Раздел 2. Способы физкультурной деятельности					
2.1	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями	5			https://urok.apkpro.ru/
2.2	Самостоятельные развивающие подвижные игры и спортивные эстафеты, строевые упражнения	2			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		7			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Специальные упражнения основной гимнастики	22			https://urok.apkpro.ru/

1.2	Игры и игровые задания	6			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		28			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Комбинации упражнений основной гимнастики	8			https://urok.apkpro.ru/
2.2	Спортивные упражнения	12			https://urok.apkpro.ru/
2.3	Туристические физические упражнения	2			https://urok.apkpro.ru/
2.4	Подготовка к демонстрации полученных результатов	4			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		25			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	0	

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	Знания о физической культуре	5			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		5			
Раздел 2. Способы физкультурной деятельности					
2.1	Способы физкультурной деятельности	9			https://urok.apkpro.ru/
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Техника выполнения специальных комплексов упражнений основной гимнастики	17			https://urok.apkpro.ru/
1.2	Универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий и выполнение перемещений различными способами передвижений	2			https://urok.apkpro.ru/
1.3	Игры и игровые задания	4			https://urok.apkpro.ru/

Итого по разделу		23			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Универсальные умения выполнения физических упражнений при взаимодействии в группах	2			https://urok.apkpro.ru/
2.2	Универсальные умения плавания спортивными стилями	14			https://urok.apkpro.ru/
2.3	Универсальные умения удержания, броска, ловли, вращения, переката (передачи) гимнастических предметов (мяч, скакалка)	3			https://urok.apkpro.ru/
2.4	Универсальные умения удержания равновесий, выполнения прыжков, поворотов, танцевальных шагов индивидуально и в группах, выполнение акробатических упражнений	4			https://urok.apkpro.ru/
2.5	Организация и проведение подвижных игр, игровых заданий, спортивных эстафет. Организация участия в соревновательной деятельности, контрольно-тестовых упражнениях, сдаче нормативов ГТО	2			https://urok.apkpro.ru/
2.6	Игры и игровые задания, спортивные эстафеты	3			https://urok.apkpro.ru/
2.7	Подготовка к демонстрации достигнутых результатов	3			https://urok.apkpro.ru/

Итого по разделу	29			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	66	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 «А» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура и спорт. Классификация физических упражнений	1			02.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Здоровый образ жизни. Распорядок дня и личная гигиена. Самоконтроль	1			03.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Правила техники безопасности при занятиях физической культурой в зале, на улице	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Культура движения. Гимнастика. Общие принципы выполнения гимнастических упражнений. Гимнастический шаг и бег. Основные хореографические позиции	1			09.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
5	Основные направления физической культуры и спорта	1			10.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

6	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Основные разделы урока. Исходные положения в физических упражнениях	1			16.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Основные правила подбора одежды для занятий физической культурой, спортом. Знакомство с основным спортивным оборудованием в школе	1			17.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
9	Техника выполнения основных строевых команд	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
10	Техника выполнения строевых упражнений	1			23.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Здоровый образ жизни. Составление комплекса упражнений для утренней зарядки, физкультминуток. Дневник измерений массы и длины тела	1			24.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Принципы закаливания	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

13	Техника выполнения оздоровительных упражнений и комплексов	1			30.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
14	Самоконтроль: техника дыхания и выполнения физических упражнений; внешние признаки утомления во время занятий физической культурой	1			01.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
15	Техника выполнения музыкально-сценических и ролевых подвижных игр	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Техника выполнения спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1			07.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Проектирование и выполнение игровых заданий	1			08.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Виды танцевальных движений	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Основные элементы физических упражнений	1			14.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

20	Организующие команды и приемы при построении, передвижении, расчёте	1			15.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
21	Техника выполнения гимнастического шага	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
22	Техника выполнения шагов: приставные шаги вперёд, в сторону на полной стопе	1			21.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Техника выполнения шагов: шаги с продвижением вперёд на носках, пятках, на полной стопе	1			22.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
24	Техника выполнения шагов: шаги с наклоном туловища вперед, в сторону	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Техника выполнения различных видов гимнастического бега	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Техника выполнения небольших прыжков в полном приседе	1			11.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
27	Техника выполнения упражнений для формирования и развития	1			12.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	опорно-двигательного аппарата					
28	Характерные ошибки при выполнении упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Техника выполнения упражнений для формирования стопы	1			18.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности голеностопного сустава	1			19.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
31	Техника выполнения упражнений для увеличения эластичности мышц стопы	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Техника выполнения упражнений для выворотности стоп	1			25.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
33	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц стопы	1			26.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Техника выполнения упражнений для растяжки задней поверхности бедра	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

35	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1			02.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Методика составления комбинаций упражнений	1			03.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
37	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса	1			09.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц спины	1			10.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Техника выполнения упражнений для разогревания мышц спины	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Техника выполнения упражнений для развития гибкости позвоночника	1			16.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности плечевого пояса	1			17.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

43	Техника выполнения различных видов ходьбы для развития координации	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Техника выполнения различных видов бега для развития координации	1			23.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Техника выполнения подскоков и прыжков через скакалку	1			24.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Техника выполнения упражнений с мячом: баланс, передача, отбивы	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Техника выполнения упражнений с мячом: перекаты, броски, переброски, ловли	1			28.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Техника выполнения танцевальных шагов	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Техника вращения кистью руки скакалки, сложенной вчетверо	1			13.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
50	Техника вращения вдвое сложенной скакалки в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях	1			14.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

51	Техника вращения скакалки в боковой плоскости справа налево	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Техника выполнения специальных упражнений: повороты, прыжки	1			20.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения специальных упражнений: равновесия	1			21.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Методика контроля величины нагрузки и дыхания при выполнении упражнений	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
55	Основные правила участия в музыкально-сценических играх	1			27.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Музыкально-сценические игры с элементами гимнастических упражнений	1			28.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Основные правила проведения ролевых подвижных игр	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Ролевые подвижные игры	1			03.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

59	Формирование навыков участия в общеразвивающих играх	1			04.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Техника выполнения гимнастических упражнений в игровой деятельности	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
61	Практика выполнения гимнастических упражнений в общеразвивающих играх	1			17.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
62	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: передача образа движением	1			18.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: соблюдение музыкального ритма	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
64	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: восприятие образа через музыку и движение	1			24.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Эстетическое воспитание на уроках физической	1			25.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	культуры: игровые задания по ролям					
66	Игровые задания, направленные на тестирование гибкости	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
67	Игровые задания, направленные на тестирование координационно-скоростных способностей	1			03.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
68	Игры с гимнастическим предметом	1			04.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
69	Проектирование и проведение игр с гимнастическим предметом	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
70	Основные правила участия в спортивных эстафетах с гимнастическими предметами	1			10.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
71	Спортивные эстафеты со скакалкой	1			11.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
72	Спортивные эстафеты с мячом	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

73	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом (мячом)	1			17.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
74	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом (скакалкой)	1			18.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
75	Организующие команды при построении	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
76	Организующие команды при передвижении, перестроении	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
77	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование стопы	1			07.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
78	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование осанки	1			08.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
79	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	разминки на развитие гибкости					
80	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на развитие координации	1			14.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
81	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1			15.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
82	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц бедер	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
83	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины	1			21.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
84	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног	1			22.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

85	Техника выполнения комбинаций упражнений общей разминки для подготовки к физическим нагрузкам	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
86	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1			28.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
87	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: наклоны туловища вперед, назад и в стороны	1			29.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
88	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: полуприседы	1			05.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
89	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры с отведение ноги вперед, назад, в сторону, не отрывая от носка	1			06.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
90	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: приставные шаги в сторону и поворот	1			12.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

91	Техника выполнения спортивных упражнений на выталкивание соперника	1			13.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
92	Техника выполнения спортивных упражнений на теснение соперника грудь в грудь руки за спиной	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
93	Техника выполнения спортивных упражнений на теснение соперника, сидя спина к спине, ноги в упор	1			19.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
94	Техника выполнения спортивных упражнений на перетягивание соперника в свою сторону	1			20.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
95	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника одной рукой	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
96	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника двумя руками	1			26.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		96	0	0		

1 «Б» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура и спорт. Классификация физических упражнений	1			02.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Здоровый образ жизни. Распорядок дня и личная гигиена. Самоконтроль	1			04.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Правила техники безопасности при занятиях физической культурой в зале, на улице	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Культура движения. Гимнастика. Общие принципы выполнения гимнастических упражнений. Гимнастический шаг и бег. Основные хореографические позиции	1			09.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
5	Основные направления физической культуры и спорта	1			11.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

6	Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО)	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Основные разделы урока. Исходные положения в физических упражнениях	1			16.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Основные правила подбора одежды для занятий физической культурой, спортом. Знакомство с основным спортивным оборудованием в школе	1			18.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
9	Техника выполнения основных строевых команд	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
10	Техника выполнения строевых упражнений	1			23.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Здоровый образ жизни. Составление комплекса упражнений для утренней зарядки, физкультминуток. Дневник измерений массы и длины тела	1			25.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Принципы закаливания	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

13	Техника выполнения оздоровительных упражнений и комплексов	1			30.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
14	Самоконтроль: техника дыхания и выполнения физических упражнений; внешние признаки утомления во время занятий физической культурой	1			02.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
15	Техника выполнения музыкально-сценических и ролевых подвижных игр	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Техника выполнения спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1			07.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Проектирование и выполнение игровых заданий	1			09.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Виды танцевальных движений	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Основные элементы физических упражнений	1			14.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

20	Организующие команды и приемы при построении, передвижении, расчёте	1			16.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
21	Техника выполнения гимнастического шага	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
22	Техника выполнения шагов: приставные шаги вперёд, в сторону на полной стопе	1			21.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Техника выполнения шагов: шаги с продвижением вперёд на носках, пятках, на полной стопе	1			23.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
24	Техника выполнения шагов: шаги с наклоном туловища вперед, в сторону	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Техника выполнения различных видов гимнастического бега	1			06.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Техника выполнения небольших прыжков в полном приседе	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
27	Техника выполнения упражнений для формирования и развития	1			11.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	опорно-двигательного аппарата					
28	Характерные ошибки при выполнении упражнений для формирования и развития опорно-двигательного аппарата	1			13.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Техника выполнения упражнений для формирования стопы	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности голеностопного сустава	1			18.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
31	Техника выполнения упражнений для увеличения эластичности мышц стопы	1			20.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Техника выполнения упражнений для выворотности стоп	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
33	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц стопы	1			25.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Техника выполнения упражнений для растяжки задней поверхности бедра	1			27.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

35	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Методика составления комбинаций упражнений	1			02.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
37	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц ног	1			04.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц брюшного пресса	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Техника выполнения упражнений для укрепления мышц спины	1			09.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Техника выполнения упражнений для разогревания мышц спины	1			11.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Техника выполнения упражнений для развития гибкости позвоночника	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Техника выполнения упражнений для увеличения подвижности плечевого пояса	1			16.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

43	Техника выполнения различных видов ходьбы для развития координации	1			18.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Техника выполнения различных видов бега для развития координации	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Техника выполнения подскоков и прыжков через скакалку	1			23.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Техника выполнения упражнений с мячом: баланс, передача, отбивы	1			25.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Техника выполнения упражнений с мячом: перекаты, броски, переброски, ловли	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Техника выполнения танцевальных шагов	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Техника вращения кистью руки скакалки, сложенной вчетверо	1			13.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
50	Техника вращения вдвое сложенной скакалки в лицевой, боковой, горизонтальной плоскостях	1			15.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

51	Техника вращения скакалки в боковой плоскости справа налево	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Техника выполнения специальных упражнений: повороты, прыжки	1			20.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения специальных упражнений: равновесия	1			22.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Методика контроля величины нагрузки и дыхания при выполнении упражнений	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
55	Основные правила участия в музыкально-сценических играх	1			27.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Музыкально-сценические игры с элементами гимнастических упражнений	1			29.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Основные правила проведения ролевых подвижных игр	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Ролевые подвижные игры	1			03.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

59	Формирование навыков участия в общеразвивающих играх	1			05.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Техника выполнения гимнастических упражнений в игровой деятельности	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
61	Практика выполнения гимнастических упражнений в общеразвивающих играх	1			17.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
62	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: передача образа движением	1			19.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: соблюдение музыкального ритма	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
64	Эстетическое воспитание на уроках физической культуры: восприятие образа через музыку и движение	1			24.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Эстетическое воспитание на уроках физической	1			26.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	культуры: игровые задания по ролям					
66	Игровые задания, направленные на тестирование гибкости	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
67	Игровые задания, направленные на тестирование координационно-скоростных способностей	1			03.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
68	Игры с гимнастическим предметом	1			05.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
69	Проектирование и проведение игр с гимнастическим предметом	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
70	Основные правила участия в спортивных эстафетах с гимнастическими предметами	1			10.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
71	Спортивные эстафеты со скакалкой	1			12.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
72	Спортивные эстафеты с мячом	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

73	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом (мячом)	1			17.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
74	Проектирование и проведение спортивных эстафет с гимнастическим предметом (скакалкой)	1			19.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
75	Организующие команды при построении	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
76	Организующие команды при передвижении, перестроении	1			02.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
77	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование стопы	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
78	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на формирование осанки	1			07.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
79	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной	1			09.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	разминки на развитие гибкости					
80	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки на развитие координации	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
81	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1			14.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
82	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц бедер	1			16.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
83	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
84	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног	1			21.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

85	Техника выполнения комбинаций упражнений общей разминки для подготовки к физическим нагрузкам	1			23.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
86	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
87	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: наклоны туловища вперед, назад и в стороны	1			28.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
88	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: полуприседы	1			30.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
89	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры с отведение ноги вперед, назад, в сторону, не отрывая от носка	1			05.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
90	Техника выполнения гимнастической разминки у опоры: приставные шаги в сторону и поворот	1			07.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

91	Техника выполнения спортивных упражнений на выталкивание соперника	1			12.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
92	Техника выполнения спортивных упражнений на теснение соперника грудь в грудь руки за спиной	1			14.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
93	Техника выполнения спортивных упражнений на теснение соперника, сидя спина к спине, ноги в упор	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
94	Техника выполнения спортивных упражнений на перетягивание соперника в свою сторону	1			19.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
95	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника одной рукой	1			21.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
96	Техника выполнения спортивных упражнений на овладение предметом у соперника двумя руками	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		96	0	0		

2 «А» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		

1	Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела	1			03.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление комплексов упражнений для формирования правильной осанки	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Олимпийское движение: история и современность. Структура российского спортивного движения	1			10.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Общеразвивающие музыкально-сценические игры. Русские народные танцевальные движения	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
5	Общая характеристика плавания. Правила поведения в бассейне. Элементы плавания. Характерные ошибки при освоении основных элементов плавания	1			17.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

6	Методика наблюдений за динамикой своего физического развития. Осанка и ее влияние на физическое здоровье. Методика контроля осанки	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Краткая характеристика основных физических качеств. Различие упражнений по воздействию на развитие основных физических качеств. Отбор и составление упражнений основной гимнастики для тренировки отдельных мышц, физических качеств и способностей	1			24.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Здоровый образ жизни и способы его формирования	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
9	Проектирование и модернизация ролевых игр и спортивных эстафет	1			01.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
10	Практика проведения общеразвивающих, спортивных, туристических	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	игр и игровых заданий, спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности					
11	Практика проведения ролевых игр	1			08.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Практика выполнения организующих команд и приёмов	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
13	Техника выполнения упражнений общей разминки. Практика выполнения упражнений общей разминки	1			15.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
14	Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания. Техника выполнения гимнастического бега с контролем дыхания	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
15	Основные правила выполнения упражнений общей разминки	1			22.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

16	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины, для разогревания мышц спины	1			12.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника, для развития подвижности плечевого пояса	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
20	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности в тазобедренных суставах	1			19.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
21	Техника выполнения упражнений партерной	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	разминки для развития координации					
22	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1			26.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
24	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития гибкости	1			03.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры	1			10.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
27	Техника выполнения приземления после прыжка	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
28	Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры	1			17.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

29	Основные правила выполнения акробатических упражнений	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперед, кувырок назад	1			24.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
31	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный, колесо	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: «мост» из положения сидя, «мост» из положения стоя, подъем из положения «мост»	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
33	Основные правила выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1			14.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

34	Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическими предметами	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
35	Техника выполнения удержания скакалки; вращения сложенной вдвое скакалки в различных плоскостях; броска и ловли скакалки	1			21.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Техника выполнения высоких прыжков вперед через скакалку с двойным махом вперед	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
37	Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча, серии отбивов мяча	1			28.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Составление комбинаций упражнений основной гимнастики	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Комбинации с упражнениями общей разминки	1			04.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Комбинации с упражнениями партерной разминки	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

41	Комбинации с упражнениями разминки у опоры	1			11.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Комбинации с упражнениями с гимнастическими предметами	1			13.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
43	Комбинации с акробатическими упражнениями	1			18.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Комбинации различных гимнастических и акробатических упражнений с танцевальными шагами	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в музыкально-сценических и ролевых играх, в туристических играх и игровых заданиях, в спортивных эстафетах	1			25.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	форм двигательной активности в играх и игровых заданиях					
47	Музыкально-сценические и ролевые игры	1			04.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Туристические игры и спортивные эстафеты	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Основные принципы и правила участия в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности. Практика применения правил техники безопасности при участии в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности	1			11.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
50	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

51	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности с гимнастическими предметами	1			18.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бег вперед, назад, подскоки	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок	1			08.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
55	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: повороты, равновесие	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

56	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бросок и ловля гимнастического предмета	1			15.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков челночного бега	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков: бега на короткие дистанции (30 м)	1			22.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
59	Техника выполнения перемещений с броском и ловлей гимнастического предмета	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног. Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед	1			29.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

61	Плавание: общая характеристика. Правила безопасного поведения в бассейне	1			06.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
62	Правила дыхания в воде	1			13.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Техника выполнения элементарных гребковых движений руками, ногами, скольжение	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
64	Техника выполнения упражнений для формирования навыков плавания	1			20.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Спортивные стили плавания. Техника спортивных стилей плавания	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		65	0	0		

2 «Б»КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела	1			03.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление комплексов упражнений для формирования правильной осанки	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Олимпийское движение: история и современность. Структура российского спортивного движения	1			10.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Общеразвивающие музыкально-сценические игры. Русские народные танцевальные движения	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
5	Общая характеристика плавания. Правила поведения в бассейне.	1			17.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	Элементы плавания. Характерные ошибки при освоении основных элементов плавания					
6	Методика наблюдений за динамикой своего физического развития. Осанка и ее влияние на физическое здоровье. Методика контроля осанки	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Краткая характеристика основных физических качеств. Различие упражнений по воздействию на развитие основных физических качеств. Отбор и составление упражнений основной гимнастики для тренировки отдельных мышц, физических качеств и способностей	1			24.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Здоровый образ жизни и способы его формирования	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

9	Проектирование и модернизация ролевых игр и спортивных эстафет	1			01.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
10	Практика проведения общеразвивающих, спортивных, туристических игр и игровых заданий, спортивных эстафет с элементами соревновательной деятельности	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Практика проведения ролевых игр	1			08.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Практика выполнения организующих команд и приёмов	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
13	Техника выполнения упражнений общей разминки. Практика выполнения упражнений общей разминки	1			15.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
14	Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания. Техника выполнения	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	гимнастического бега с контролем дыхания					
15	Основные правила выполнения упражнений общей разминки	1			22.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины, для разогревания мышц спины	1			12.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника, для развития подвижности плечевого пояса	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
20	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития	1			19.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	подвижности в тазобедренных суставах					
21	Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
22	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов	1			26.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
24	Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития гибкости	1			03.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры	1			10.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
27	Техника выполнения приземления после прыжка	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

28	Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры	1			17.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Основные правила выполнения акробатических упражнений	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперед, кувырок назад	1			24.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
31	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный, колесо	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: «мост» из положения сидя, «мост» из положения стоя, подъем из положения «мост»	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

33	Основные правила выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1			14.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическими предметами	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
35	Техника выполнения удержания скакалки; вращения сложенной вдвое скакалки в различных плоскостях; броска и ловли скакалки	1			21.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Техника выполнения высоких прыжков вперед через скакалку с двойным махом вперед	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
37	Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча, серии отбивов мяча	1			28.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Составление комбинаций упражнений основной гимнастики	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

39	Комбинации с упражнениями общей разминки	1			04.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Комбинации с упражнениями партерной разминки	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Комбинации с упражнениями разминки у опоры	1			11.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Комбинации с упражнениями с гимнастическими предметами	1			13.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
43	Комбинации с акробатическими упражнениями	1			18.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Комбинации различных гимнастических и акробатических упражнений с танцевальными шагами	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в музыкально-сценических и ролевых играх, в туристических играх и	1			25.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	игровых заданиях, в спортивных эстафетах					
46	Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности в играх и игровых заданиях	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Музыкально-сценические и ролевые игры	1			04.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Туристические игры и спортивные эстафеты	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Основные принципы и правила участия в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности. Практика применения правил техники безопасности при участии в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности	1			11.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

50	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
51	Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности с гимнастическими предметами	1			18.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бег вперед, назад, подскоки	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок	1			08.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

55	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: повороты, равновесие	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: бросок и ловля гимнастического предмета	1			15.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков челночного бега	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков: бега на короткие дистанции (30 м)	1			22.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
59	Техника выполнения перемещений с броском и ловлей гимнастического предмета	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног.	1			29.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед					
61	Плавание: общая характеристика. Правила безопасного поведения в бассейне	1			06.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
62	Правила дыхания в воде	1			13.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Техника выполнения элементарных гребковых движений руками, ногами, скольжение	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
64	Техника выполнения упражнений для формирования навыков плавания	1			20.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Спортивные стили плавания. Техника спортивных стилей плавания	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		65	0	0		

3 «А» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая нагрузка: определение и влияние на физическое развитие. Гармоничное развитие.	1			02.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	Методика проведения контрольных измерений					
2	Классификация физических упражнений. Роль гимнастики в физическом развитии и физическом совершенствовании	1			06.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Подводящие упражнения и их назначение	1			09.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Правила дыхания в воде при плавании	1			13.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
5	Техника выполнения согласования двигательных действий при плавании	1			16.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
6	Виды спортивных стилей плавания	1			20.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Техника спортивных стилей плавания	1			23.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Составление комплексов и демонстрация техники выполнения гимнастических упражнений из общей разминки, из партерной	1			27.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	разминки и разминки у опоры					
9	Техника выполнения танцевальных движений	1			30.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
10	Физическая нагрузка в гимнастических упражнениях	1			04.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Техника выполнения физических упражнений для формирования навыков плавания	1			07.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Методика моделирования комбинаций гимнастических упражнений	1			11.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
13	Составление правил новых игр и спортивных эстафет. Самостоятельная организация игр (спортивных эстафет) и игровых заданий. Оценивание правил безопасности в процессе выполняемой игры	1			14.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

14	Строевые команды: построения, перестроения	1			18.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
15	Методика контроля правильного выполнения упражнений при увеличении нагрузки. Выполнение освоенных гимнастических упражнений с постепенным увеличением нагрузки	1			21.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Практика применения методики измерения пульса при увеличении нагрузки; техники дыхания при выполнении упражнений; методики контроля осанки	1			25.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Техника выполнения гимнастических упражнений общей разминки	1			08.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки	1			11.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

19	Техника выполнения гимнастических упражнений разминки у опоры	1			15.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
20	Техника выполнения акробатических упражнений	1			18.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
21	Техника выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1			22.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
22	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц стопы, для укрепления мышц ног	1			25.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, мышц спины, для развития гибкости позвоночника	1			29.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

24	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц рук, мышц плечевого пояса	1			02.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности голеностопного сустава, тазобедренного сустава	1			06.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности плечевого сустава	1			09.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
27	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития эластичности мышц ног, подвижности коленного сустава	1			13.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

28	Составление комплекса и демонстрация выполнения упражнений с гимнастическими предметами для развития координационно-скоростных способностей. Составление комплекса и демонстрация выполнения акробатических упражнений для развития координационно-скоростных способностей	1			16.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Составление комплекса и демонстрация выполнения танцевальных шагов для развития координационно-скоростных способностей	1			20.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений общей, партерной разминки, разминки у опоры для развития координационно-скоростных способностей	1			23.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

31	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений в подвижных играх для развития координационно-скоростных способностей	1			27.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Техника выполнения строевого и походного шага. Построения и перемещения по команде	1			28.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
33	Выполнение нормативов ГТО, тестовых заданий на гибкость и координационно-скоростные способности	1			10.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Игровые задания на выполнение физических упражнений	1			13.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
35	Построения и перестроения в шеренги, повороты в строю. Перемещения с помощью танцевальных движений	1			17.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Акробатические упражнения для перемещений	1			20.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

37	Игры с выталкиванием	1			24.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Игры с теснением соперника, упираясь в грудь рукой, сидя спина к спине, ноги в упор	1			27.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Игры в перетягивания соперника в свою сторону	1			31.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Игры за овладение у соперника предметом одной рукой, двумя руками	1			03.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Игры на устойчивость	1			07.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Туристическая игры «Пройди по бревну», «Сквозь бурелом». Игровое задание: собери рюкзак в поход	1			10.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
43	Техника выполнения серии поворотов на девяносто и сто восемьдесят градусов	1			14.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Техника выполнения специальных упражнений: прыжки	1			17.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

45	Техника выполнения прыжков через скакалку	1			21.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Общеразвивающие, музыкально-сценические, ролевые игры с использованием гимнастических предметов	1			24.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Спортивные игры и эстафеты с использованием гимнастических предметов	1			28.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Техника выполнения бега вперед, назад, челночного бега для развития координации и ловкости	1			03.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Бег на скорость (30 м) и подготовка к сдаче норм ГТО	1			07.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
50	Составление комбинаций танцевальных шагов и элементов танцевальных движений. Демонстрация комбинации упражнений с использованием танцевальных шагов и элементов	1			10.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

51	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие силы мышц	1			14.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие координационно-скоростных способностей	1			17.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения упражнений на силу, гибкость, координационно-скоростные способности по специализации вида спорта	1			21.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Проектная деятельность по подготовке личного выступления	1			04.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
55	Проектная деятельность по подготовке группового упражнения	1			07.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости	1			11.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

57	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития координационно-скоростных способностей	1			14.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Освоение и демонстрация техники формирования навыков плавания, дыхания в воде	1			18.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
59	Освоение и демонстрация техники стилей спортивного плавания	1			21.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Методика оценки изменений показателей скорости при плавании на определенное расстояние	1			25.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
61	Техника выполнения упражнений для сдачи норм ГТО (по возрасту)	1			28.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
62	Техника выполнения упражнений для сдачи нормативов на гибкость	1			05.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Туристические игры для тренировки координационных способностей, ловкости,	1			12.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	точности, координации движений					
64	Игровые задания на проложение маршрута туристического похода на карте местности, по сбору рюкзака для туристического похода	1			16.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Контрольно-тестовые упражнения	1			19.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
66	Демонстрация группового показательного выступления	1			23.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
67	Техника выполнения упражнений ГТО II ступени на координационно-скоростные способности: прыжок в длину с места толчком с двух ног; метание мяча в заданную плоскость	1			26.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	0		

3 «Б» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая нагрузка: определение и влияние на физическое развитие. Гармоничное развитие. Методика проведения контрольных измерений	1			03.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Классификация физических упражнений. Роль гимнастики в физическом развитии и физическом совершенствовании	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Подводящие упражнения и их назначение	1			10.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Правила дыхания в воде при плавании	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
5	Техника выполнения согласования двигательных действий при плавании	1			17.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

6	Виды спортивных стилей плавания	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Техника спортивных стилей плавания	1			24.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Составление комплексов и демонстрация техники выполнения гимнастических упражнений из общей разминки, из партерной разминки и разминки у опоры	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
9	Техника выполнения танцевальных движений	1			01.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
10	Физическая нагрузка в гимнастических упражнениях	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Техника выполнения физических упражнений для формирования навыков плавания	1			08.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Методика моделирования комбинаций гимнастических упражнений	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

13	Составление правил новых игр и спортивных эстафет. Самостоятельная организация игр (спортивных эстафет) и игровых заданий. Оценивание правил безопасности в процессе выполняемой игры	1			15.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
14	Строевые команды: построения, перестроения	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
15	Методика контроля правильного выполнения упражнений при увеличении нагрузки. Выполнение освоенных гимнастических упражнений с постепенным увеличением нагрузки	1			22.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Практика применения методики измерения пульса при увеличении нагрузки; техники дыхания при выполнении упражнений; методики контроля осанки	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

17	Техника выполнения гимнастических упражнений общей разминки	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Техника выполнения гимнастических упражнений партерной разминки	1			12.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Техника выполнения гимнастических упражнений разминки у опоры	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
20	Техника выполнения акробатических упражнений	1			19.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
21	Техника выполнения упражнений с гимнастическими предметами	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
22	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц стопы, для укрепления мышц ног	1			26.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

23	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц брюшного пресса, мышц спины, для развития гибкости позвоночника	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
24	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для укрепления мышц рук, мышц плечевого пояса	1			03.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности голеностопного сустава, тазобедренного сустава	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития подвижности плечевого сустава	1			10.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

27	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений для развития эластичности мышц ног, подвижности коленного сустава	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
28	Составление комплекса и демонстрация выполнения упражнений с гимнастическими предметами для развития координационно-скоростных способностей. Составление комплекса и демонстрация выполнения акробатических упражнений для развития координационно-скоростных способностей	1			17.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Составление комплекса и демонстрация выполнения танцевальных шагов для развития координационно-скоростных способностей	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Составление комплекса и демонстрация выполнения	1			24.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	гимнастических упражнений общей, партерной разминки, разминки у опоры для развития координационно-скоростных способностей					
31	Составление комплекса и демонстрация выполнения гимнастических упражнений в подвижных играх для развития координационно-скоростных способностей	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Техника выполнения строевого и походного шага. Построения и перемещения по команде	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
33	Выполнение нормативов ГТО, тестовых заданий на гибкость и координационно-скоростные способности	1			14.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Игровые задания на выполнение физических упражнений	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

35	Построения и перестроения в шеренги, повороты в строю. Перемещения с помощью танцевальных движений	1			21.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Акробатические упражнения для перемещений	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
37	Игры с выталкиванием	1			28.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Игры с теснением соперника, упираясь в грудь рукой, сидя спина к спине, ноги в упор	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Игры в перетягивания соперника в свою сторону	1			04.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Игры за овладение у соперника предметом одной рукой, двумя руками	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Игры на устойчивость	1			11.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Туристическая игры «Пройди по бревну», «Сквозь бурелом». Игровое	1			13.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	задание: собери рюкзак в поход					
43	Техника выполнения серии поворотов на девяносто и сто восемьдесят градусов	1			18.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Техника выполнения специальных упражнений: прыжки	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Техника выполнения прыжков через скакалку	1			25.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Общеразвивающие, музыкально-сценические, ролевые игры с использованием гимнастических предметов	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Спортивные игры и эстафеты с использованием гимнастических предметов	1			04.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Техника выполнения бега вперед, назад, челночного бега для развития координации и ловкости	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Бег на скорость (30 м) и подготовка к сдаче норм ГТО	1			11.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

50	Составление комбинаций танцевальных шагов и элементов танцевальных движений. Демонстрация комбинации упражнений с использованием танцевальных шагов и элементов	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
51	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие силы мышц	1			18.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Техника выполнения упражнений общефизической подготовки на развитие координационно-скоростных способностей	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения упражнений на силу, гибкость, координационно-скоростные способности по специализации вида спорта	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Проектная деятельность по подготовке личного выступления	1			08.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

55	Проектная деятельность по подготовке группового упражнения	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости	1			15.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Моделирование тестовых упражнений для определения динамики развития координационно-скоростных способностей	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Освоение и демонстрация техники формирования навыков плавания, дыхания в воде	1			22.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
59	Освоение и демонстрация техники стилей спортивного плавания	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Методика оценки изменений показателей скорости при плавании на определенное расстояние	1			29.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
61	Техника выполнения упражнений для сдачи норм ГТО (по возрасту)	1			06.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

62	Техника выполнения упражнений для сдачи нормативов на гибкость	1			13.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Туристические игры для тренировки координационных способностей, ловкости, точности, координации движений	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
64	Игровые задания на проложение маршрута туристического похода на карте местности, по сбору рюкзака для туристического похода	1			16.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Контрольно-тестовые упражнения	1			20.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
66	Демонстрация группового показательного выступления	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

4 «А» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Характеристика физической культуры, ее роли в общей культуре человека. Задачи спорта и задачи физической культуры. Важные навыки жизнедеятельности человека	1			03.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Туристическая деятельность	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Строевые команды. Строевые упражнения	1			10.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Основные правила безопасного поведения на уроке физической культуры. Направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	сложившихся систем физического воспитания					
5	Классификация физических упражнений по целевому назначению. Техника выполнения упражнений для тестирования результатов развития физических качеств и способностей	1			17.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
6	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: общая разминка, партерная разминка, разминка у опоры	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: игры и игровые задания	1			24.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Способы демонстрация полученных навыков и умений выполнения физических упражнений	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
9	Методы определения динамики развития гибкости	1			01.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	и координационно-скоростных способностей					
10	Проектирование новых игр и игровых заданий, способов демонстрации полученных навыков и умений выполнения физических упражнений	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Моделирование комплексов упражнений на развитие гибкости и увеличения эластичности мышц	1			08.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Моделирование комплексов упражнений на развитие координационно-скоростных способностей и меткости	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
13	Моделирование комплексов упражнений на развитие моторики; на увеличение подвижности суставов, формирование стопы и осанки; на укрепление мышц тела. Моделирование игр и игровых заданий с выполнением комплексов физических упражнений	1			15.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

14	Туристическая деятельность: базовое снаряжение для похода, составление маршрута, ориентирование на местности	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
15	Типичные ошибки при выполнении специальных комплексов упражнений основной гимнастики	1			22.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц спины	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц ног	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц рук	1			12.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц живота	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
20	Техника выполнения комплексов упражнений на развитие гибкости позвоночника	1			19.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

21	Техника выполнения комплексов упражнений на развитие подвижности тазобедренных суставов; на развитие подвижности коленных и голеностопных суставов; на развитие эластичности мышц ног	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
22	Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическими предметами для развития координации. Техника выполнения комплексов акробатических упражнений для развития координации. Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическими предметами для развития координации. Техника выполнения комплексов танцевальных шагов для развития координации	1			26.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Проектирование правил новых ролевых спортивных эстафет. Участие в	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	спортивных эстафетах по ролям					
24	Универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий: утренняя гимнастика, тренировочные занятия	1			03.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
25	Техника выполнения строевого, походного шага, практика выполнения строевых команд. Демонстрация универсальных умений при выполнении организующих упражнений для групп. Демонстрация универсальных умений при выполнении организующих упражнений для групп при выполнении спортивных упражнений	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Составление комплекса базовых упражнений гимнастики для общей разминки. Демонстрация	1			10.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	программы с базовыми упражнениями гимнастики для общей разминки					
27	Техника выполнения перемещений: перекаты, повороты, прыжки, танцевальные шаги	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
28	Составление и демонстрация программ с базовыми упражнениями для физкультминуток на воздухе и в зале	1			17.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Моделирование комплексов упражнений общей гимнастики по видам разминки	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Типичные ошибки при выполнении спортивных и туристических упражнений	1			24.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
31	Техника выполнения спортивных и туристических упражнений для укрепления отдельных мышечных групп. Техника выполнения туристических физических упражнений. Игровые	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	задания по туристической деятельности					
32	Жизненно важные навыки и умения на уроках физической культуры. Практика наблюдения за динамикой развития физических качеств и способностей. Проектирование индивидуальной образовательной траектории для эффективного развития физических качеств и способностей. Составление комплексов утренней гимнастики, физкультминуток по целевым задачам	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
33	Техника выполнения комплексов перемещений	1			14.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Организация проведения спортивных ролевых игр	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
35	Демонстрация универсальных умений управлять эмоциями в	1			21.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	процессе учебной и игровой деятельности					
36	Правила организации и проведения туристических игр. Организация и проведение туристических игр	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
37	Подготовка к демонстрации личных результатов при выполнении игровых заданий. Демонстрация личных результатов при выполнении игровых заданий	1			28.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Техника синхронного выполнения физических упражнений. Выполнение упражнений под ритм и счет	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Техника взаимодействия и сотрудничества в группах	1			04.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Виды стилей плавания	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Техника удержания на воде	1			11.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

42	Техника дыхания при плавании	1			13.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
43	Техника выполнения комплексов имитационных упражнений на суше	1			18.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
44	Техника выполнения комплексов специальных упражнений в воде	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Техника выполнения упражнений для освоения техники спортивных способов плавания	1			25.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Техника выполнения упражнений для ознакомления с плотностью и сопротивлением воды	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Техника выполнения погружения в воду с головой	1			04.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Техника выполнения подныривания и открывания глаз в воде	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Техника выполнения всплывания и лежания на воде	1			11.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

50	Техника выполнения выдохов в воду	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
51	Техника выполнения скольжения в воде	1			18.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
52	Техника выполнения упражнений с использованием плавательных досок	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения упражнений с использованием, гимнастических палок	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Техника удержания скакалки при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах	1			08.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
55	Техника удержания мяча при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Техника выполнения комплексов акробатических упражнений с гимнастическим предметом	1			15.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Демонстрация техники выполнения равновесий, поворотов, прыжков	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

58	Освоение универсальных умений по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений	1			22.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
59	Техника выполнения акробатических упражнений. Правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Освоение танцевальных шагов, выполняемых индивидуально, парами, в группах	1			29.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
61	Участие в соревновательной деятельности внутришкольных этапов различных соревнований, фестивалей, конкурсов, мастер-классов, открытых уроков с использованием полученных навыков и умений, в контрольно-тестовых упражнениях	1			06.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

62	Сдача нормативов ГТО II степени	1			13.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Проектирование и демонстрация спортивных игр, игровых заданий и спортивных эстафет	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
64	Техника выполнения в ритм/на счёт, на музыкальный такт упражнений, танцевальных движений	1			16.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Проектирование и демонстрация туристических физических игр, игровых заданий. Приёмы безопасной жизнедеятельности на природе	1			20.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
66	Демонстрация контрольно-тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости, координации	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

4 «Б» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Характеристика физической культуры, ее роли в общей культуре человека. Задачи спорта и задачи физической культуры. Важные навыки жизнедеятельности человека	1			03.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
2	Туристическая деятельность	1			05.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
3	Строевые команды. Строевые упражнения	1			10.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
4	Основные правила безопасного поведения на уроке физической культуры. Направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания	1			12.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

5	Классификация физических упражнений по целевому назначению. Техника выполнения упражнений для тестирования результатов развития физических качеств и способностей	1			17.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
6	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: общая разминка, партерная разминка, разминка у опоры	1			19.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
7	Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями: игры и игровые задания	1			24.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
8	Способы демонстрация полученных навыков и умений выполнения физических упражнений	1			26.09.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
9	Методы определения динамики развития гибкости и координационно-скоростных способностей	1			01.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

10	Проектирование новых игр и игровых заданий, способов демонстрации полученных навыков и умений выполнения физических упражнений	1			03.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
11	Моделирование комплексов упражнений на развитие гибкости и увеличения эластичности мышц	1			08.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
12	Моделирование комплексов упражнений на развитие координационно-скоростных способностей и меткости	1			10.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
13	Моделирование комплексов упражнений на развитие моторики; на увеличение подвижности суставов, формирование стопы и осанки; на укрепление мышц тела. Моделирование игр и игровых заданий с выполнением комплексов физических упражнений	1			15.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
14	Туристическая деятельность: базовое снаряжение для похода, составление	1			17.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	маршрута, ориентирование на местности					
15	Типичные ошибки при выполнении специальных комплексов упражнений основной гимнастики	1			22.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
16	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц спины	1			24.10.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
17	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц ног	1			07.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
18	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц рук	1			12.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
19	Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц живота	1			14.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
20	Техника выполнения комплексов упражнений на развитие гибкости позвоночника	1			19.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
21	Техника выполнения комплексов упражнений на развитие подвижности тазобедренных суставов; на развитие подвижности	1			21.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	коленных и голеностопных суставов; на развитие эластичности мышц ног					
22	Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическими предметами для развития координации. Техника выполнения комплексов акробатических упражнений для развития координации. Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическими предметами для развития координации. Техника выполнения комплексов танцевальных шагов для развития координации	1			26.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
23	Проектирование правил новых ролевых спортивных эстафет. Участие в спортивных эстафетах по ролям	1			28.11.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
24	Универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в	1			03.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	оздоровительных формах занятий: утренняя гимнастика, тренировочные занятия					
25	Техника выполнения строевого, походного шага, практика выполнения строевых команд. Демонстрация универсальных умений при выполнении организующих упражнений для групп. Демонстрация универсальных умений при выполнении организующих упражнений для групп при выполнении спортивных упражнений	1			05.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
26	Составление комплекса базовых упражнений гимнастики для общей разминки. Демонстрация программы с базовыми упражнениями гимнастики для общей разминки	1			10.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
27	Техника выполнения перемещений: перекаты,	1			12.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	повороты, прыжки, танцевальные шаги					
28	Составление и демонстрация программ с базовыми упражнениями для физкультминуток на воздухе и в зале	1			17.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
29	Моделирование комплексов упражнений общей гимнастики по видам разминки	1			19.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
30	Типичные ошибки при выполнении спортивных и туристических упражнений	1			24.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
31	Техника выполнения спортивных и туристических упражнений для укрепления отдельных мышечных групп. Техника выполнения туристических физических упражнений. Игровые задания по туристической деятельности	1			26.12.24	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
32	Жизненно важные навыки и умения на уроках физической культуры. Практика наблюдения за	1			09.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	динамикой развития физических качеств и способностей. Проектирование индивидуальной образовательной траектории для эффективного развития физических качеств и способностей. Составление комплексов утренней гимнастики, физкультминуток по целевым задачам					
33	Техника выполнения комплексов перемещений	1			14.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
34	Организация проведения спортивных ролевых игр	1			16.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
35	Демонстрация универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности	1			21.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
36	Правила организации и проведения туристических игр. Организация и	1			23.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

	проведение туристических игр					
37	Подготовка к демонстрации личных результатов при выполнении игровых заданий. Демонстрация личных результатов при выполнении игровых заданий	1			28.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
38	Техника синхронного выполнения физических упражнений. Выполнение упражнений под ритм и счет	1			30.01.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
39	Техника взаимодействия и сотрудничества в группах	1			04.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
40	Виды стилей плавания	1			06.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
41	Техника удержания на воде	1			11.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
42	Техника дыхания при плавании	1			13.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
43	Техника выполнения комплексов имитационных упражнений на суше	1			18.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

44	Техника выполнения комплексов специальных упражнений в воде	1			20.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
45	Техника выполнения упражнений для освоения техники спортивных способов плавания	1			25.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
46	Техника выполнения упражнений для ознакомления с плотностью и сопротивлением воды	1			27.02.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
47	Техника выполнения погружения в воду с головой	1			04.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
48	Техника выполнения подныривания и открывания глаз в воде	1			06.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
49	Техника выполнения всплывания и лежания на воде	1			11.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
50	Техника выполнения выдохов в воду	1			13.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
51	Техника выполнения скольжения в воде	1			18.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

52	Техника выполнения упражнений с использованием плавательных досок	1			20.03.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
53	Техника выполнения упражнений с использованием, гимнастических палок	1			03.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
54	Техника удержания скакалки при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах	1			08.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
55	Техника удержания мяча при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах	1			10.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
56	Техника выполнения комплексов акробатических упражнений с гимнастическим предметом	1			15.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
57	Демонстрация техники выполнения равновесий, поворотов, прыжков	1			17.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
58	Освоение универсальных умений по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений	1			22.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

59	Техника выполнения акробатических упражнений. Правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений	1			24.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
60	Освоение танцевальных шагов, выполняемых индивидуально, парами, в группах	1			29.04.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
61	Участие в соревновательной деятельности внутришкольных этапов различных соревнований, фестивалей, конкурсов, мастер-классов, открытых уроков с использованием полученных навыков и умений, в контрольно-тестовых упражнениях	1			06.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
62	Сдача нормативов ГТО II ступени	1			13.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
63	Проектирование и демонстрация спортивных игр, игровых заданий и спортивных эстафет	1			15.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/

64	Техника выполнения в ритм/на счёт, на музыкальный такт упражнений, танцевальных движений	1			16.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
65	Проектирование и демонстрация туристических физических игр, игровых заданий. Приёмы безопасной жизнедеятельности на природе	1			20.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
66	Демонстрация контрольно-тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости, координации	1			22.05.25	https://resh.edu.ru/ https://uchi.ru/teachers/migration https://urok.apkpro.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического совета МБОУ

«Школа № 26»

от 29. 08. 2024 г. № 1

_____ (Е.В.Дронова-Латухова)

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Е.В.Нешмона

Подпись _____ Ф.И.О.