Муниципальное образовательное учреждение Усожская средняя общеобразовательная школа

Аннотация к рабочей программе

учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся 1-4 классов.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» обязательной предметной области «Физическая культура» разработана в соответствии с пунктом 31.1ФГОС НОО и реализуется 3 года

Рабочая программа разработана учителем в соответствии с положением о рабочих программах и определяет организацию образовательной деятельности учителя в школе по определенному учебному предмету.

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» 1-4 классы является частью ООП НОО определяющей:

-содержание;

- планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные);

- тематическое планирование с учетом рабочей программы воспитания и возможностью использования ЭОР ЦОР;

Рабочая программа обсуждена и принята решением методического совета школы и согласована заместителем директора по учебно-воспитательной работы МБОУ Усожской СОШ.

Дата 26.08.2024г.

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Брянской области

Комаричский муниципальный район

МБОУ Усожская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО **на заседании методсовета** Председатель МС: _____/Мартыненко Г.В./ протокол № 1 от «26» августа 2024 г.	**СОГЛАСОВАНО** Заместитель директора школы по УВР МБОУ Усожской СОШ _____/ Мартыненко Г.В../ «26» августа 2024 г.	**УТВЕРЖДЕНО** **Директор** МБОУ Усожской СОШ _____ /Калошина В. М./ Приказ №87 от «26» августа 2024 г.

Выписка

из основной образовательной программы начального общего образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 778755)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 1 – 4 классов

Составители: учителя начальных классов

Ефимцова Елена Ивановна
Бугаева Светлана Ивановна

Выписка верна.02.09.2024

Директор Калошина В.М

Калошина Валентина Михайловна

C=RU, S=Брянская область, L=с.Усожа, T=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ УСОЖСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА, СНИЛС=03191320007, ИНН=321800568772, E=rookom@mail.ru, G=Валентина Михайловна, SN=Калошина, CN=Калошина Валентина Михайловна

с.Усожа 2024год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

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

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

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

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного

физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

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

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

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут

использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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

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

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

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

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

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

Гимнастика с основами акробатики

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

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

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

Лыжная подготовка

Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика

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

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

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

Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной

амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

3 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики

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

наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

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

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом.

Плавательная подготовка.

Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине, брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками, погружение в воду и всплывание, скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура.

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

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

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

Лёгкая атлетика

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

Лыжная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка

Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди, ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

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

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

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

Познавательные универсальные учебные действия:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия:

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

Регулятивные универсальные учебные действия:

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

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

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

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

2 КЛАСС

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

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

3 КЛАСС

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

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

4 КЛАСС

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

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

Тематическое планирование
1 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			http://school-collection.edu.ru/-
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Режим дня школьника	1			http://school-collection.edu.ru/-
Итого по разделу		1			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Гигиена человека	1			http://school-collection.edu.ru/-
1.2	Осанка человека	1			http://school-collection.edu.ru/-
1.3	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1			http://school-collection.edu.ru/-
Итого по разделу		3			

Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			http://school-collection.edu.ru/-
2.2	Лыжная подготовка	8			http://school-collection.edu.ru/-
2.3	Легкая атлетика	12			http://school-collection.edu.ru/-
2.4	Подвижные и спортивные игры	14			http://school-collection.edu.ru/-
Итого по разделу		46			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	15			http://school-collection.edu.ru/-
Итого по разделу		15			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
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	3			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			http://videouroki.net
2.2	Лыжная подготовка	12			http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

2.3	Легкая атлетика	6			http://videouroki.net
2.4	Подвижные игры	5			http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
Итого по разделу		37			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	16			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
Итого по разделу		16			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
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	2			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			
2.3	Физическая нагрузка	2			
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Закаливание организма	1			
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	16			
2.2	Легкая атлетика	10			

2.3	Лыжная подготовка	12			
2.4	Подвижные и спортивные игры	4			
		42			
Итого по разделу					
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	18	1		
Итого по разделу		18			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	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	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3			Поле для свободного ввода
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			
1.2	Закаливание организма	1			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			

2.2	Легкая атлетика	9			
2.3	Лыжная подготовка	12			
2.4	Плавательная подготовка	14			
2.5	Подвижные и спортивные игры	16			
Итого по разделу		65			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Что такое физическая культура	1			2.09	http://school-collection.edu.ru/-
2	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1			6.09	http://school-collection.edu.ru/-
3	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1			9.09	http://school-collection.edu.ru/-
4	Осанка человека. Упражнения для осанки	1			13.09	http://school-collection.edu.ru/-
5	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1			16.09	http://school-collection.edu.ru/-
6	Правила поведения на уроках физической культуры	1			20.09	http://school-collection.edu.ru/-
7	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1			23.09	http://school-collection.edu.ru/-
8	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1			27.09	http://school-collection.edu.ru/-
9	Акробатические упражнения, основные	1			30.09	http://school-

	техники					collection.edu.ru/-
10	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1			4.10	http://school-collection.edu.ru/-
11	Способы построения и повороты стоя на месте	1			7.10	http://school-collection.edu.ru/-
12	Гимнастические упражнения с мячом	1			11.10	http://school-collection.edu.ru/-
13	Гимнастические упражнения со скакалкой	1			14.10	http://school-collection.edu.ru/-
14	Гимнастические упражнения в прыжках	1			18.10	http://school-collection.edu.ru/-
15	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1			21.10	http://school-collection.edu.ru/-
16	Подъем ног из положения лежа на животе	1			25.10	http://school-collection.edu.ru/-
17	Сгибание рук в положении упор лежа	1			8.11	http://school-collection.edu.ru/-
18	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1			11.11	http://school-collection.edu.ru/-
19	Правила выполнения прыжка в длину с места	1			15.11	http://school-collection.edu.ru/-
20	Разучивание одновременного	1			18.11	http://school-

	отталкивания двумя ногами					collection.edu.ru/-
21	Приземление после спрыгивания с горки матов.	1			22.11	http://school-collection.edu.ru/-
22	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1			25.11	http://school-collection.edu.ru/-
23	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1			29.11	http://school-collection.edu.ru/-
24	Разучивание фазы разбега и отталкивания в прыжке	1			2.12	http://school-collection.edu.ru/-
25	Разучивание выполнения прыжка в длину с места	1				http://school-collection.edu.ru/-
26	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1			6.12	http://school-collection.edu.ru/-
27	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1			9.12	http://school-collection.edu.ru/-
28	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1			13.12	http://school-collection.edu.ru/-
29	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1			16.12	http://school-collection.edu.ru/-
30	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1			20.12	http://school-collection.edu.ru/-

31	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1			23.12	http://school-collection.edu.ru/-
32	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1			27.12	http://school-collection.edu.ru/-
33	Прыжки в длину с места в полной коородинации.	1				http://school-collection.edu.ru/-
34	Строевые упражнения с лыжами в руках	1				http://school-collection.edu.ru/-
35	*Упра*жнения в передвижении на лыжах	1				http://school-collection.edu.ru/-
36	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1				http://school-collection.edu.ru/-
37	Техника ступающего шага во время передвижения	1				http://school-collection.edu.ru/-
38	Техника ступающего шага во время передвижения	1				http://school-collection.edu.ru/-
39	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1				http://school-collection.edu.ru/-
40	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				http://school-collection.edu.ru/-

	Обучение способам организации игровых площадок					
41	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1				http://school-collection.edu.ru/-
42	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				http://school-collection.edu.ru/-
43	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1				http://school-collection.edu.ru/-
44	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				http://school-collection.edu.ru/-
45	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1				http://school-collection.edu.ru/-
46	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1				http://school-collection.edu.ru/-
47	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				http://school-collection.edu.ru/-
48	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1				http://school-collection.edu.ru/-
49	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				http://school-collection.edu.ru/-
50	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1				http://school-

						collection.edu.ru/-
51	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				http://school-collection.edu.ru/-
52	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1				http://school-collection.edu.ru/-
53	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1				http://school-collection.edu.ru/-
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-

59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				http://school-collection.edu.ru/-
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м.	1				http://school-collection.edu.ru/-

	Подвижные игры					
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО Промежуточная аттестация. Тест.	1	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	1	0		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1			2.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
2	Зарождение Олимпийских игр	1			4.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
3	Современные Олимпийские игры	1			9.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
4	Физическое развитие	1			11.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
5	Физические качества	1			16.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
6	Сила как физическое качество	1			18.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
7	Быстрота как физическое качество	1			23.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
8	Выносливость как физическое качество	1			25.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
9	Гибкость как физическое качество	1			30.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
10	Развитие координации движений	1			2.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
11	Развитие координации	1			7.10	http://videouroki.net

	движений					http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1			9.10	
13	Закаливание организма	1			14.10	http://videouroki.net
14	Утренняя зарядка. Составление комплекса утренней зарядки	1			16.10	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
15	Сложно координированные беговые упражнения	1			21.10	http://videouroki.net
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1			23.10	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
17	Строевые упражнения и команды	1			6.11	http://videouroki.net
18	Бег с поворотами и изменением направлений.	1			11.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
19	Прыжковые упражнения	1			13.11	http://videouroki.net
20	Прыжковые упражнения	1			18.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
21	Гимнастическая разминка	1			20.11	http://videouroki.net
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1			25.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1			27.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			2.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

25	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1			4.12	http://videouroki.net
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1			9.12	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1			11.12	http://videouroki.net
28	Танцевальные гимнастические движения	1			16.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
29	Танцевальные гимнастические движения	1			18.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1			23.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1			25.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
32	Спуск с горы в основной стойке	1				http://videouroki.net
33	Спуск с горы в основной стойке	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
34	Подъем лесенкой	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

35	Подъем лесенкой	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1				http://videouroki.net
38	Торможение лыжными палками	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
39	Торможение лыжными палками	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
40	Торможение падением на бок	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
41	Торможение падением на бок	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
43	Броски мяча в неподвижную мишень	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
44	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
45	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				http://videouroki.net
46	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
47	Сложно координированные	1				http://videouroki.net

	передвижения ходьбой по гимнастической скамейке					
48	Подвижные игры с приемами спортивных игр. Игры с приемами баскетбола. Прием «волна» в баскетболе.	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
49	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу. Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
50	Игры с приемами футбола: метко в цель. Гонка мячей и слалом с мячом.	1				http://videouroki.net
51	Футбольный бильярд. Бросок ногой.	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
52	Подвижные игры на развитие равновесия.	1				http://videouroki.net
53	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1 км. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	места толчком двумя ногами. Эстафеты					
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				http://videouroki.net
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1				http://videouroki.net
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
66	Промежуточная аттестация . Итоговый тест за курс 2 класс.	1	1			
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1			2.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
2	История появления современного спорта	1			4.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
3	Виды физических упражнений	1			9.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1			11.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
5	Дозировка физических нагрузок	1			16.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1			18.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
7	Закаливание организма.	1			23.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			25.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
9	Строевые команды и	1			30.09	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	упражнения					
10	Строевые команды и упражнения	1			2.10	http://videouroki.net
11	Лазанье по канату	1			7.10	http://videouroki.net
12	Лазанье по канату	1			9.10	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1			14.10	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1			16.10	http://videouroki.net
15	Передвижения по гимнастической стенке	1			21.10	http://videouroki.net
16	Передвижения по гимнастической стенке	1			23.10	http://videouroki.net
17	Прыжки через скакалку	1			6.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
18	Прыжки через скакалку	1			11.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
19	Ритмическая гимнастика	1			13.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
20	Ритмическая гимнастика	1			18.11	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
21	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			20.11	http://videouroki.net
22	Танцевальные упражнения из танца галоп	1			25.11	http://videouroki.net

23	Танцевальные упражнения из танца полька	1			27.11	http://videouroki.net
24	Танцевальные упражнения из танца полька	1			2.12	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
25	Прыжок в длину с разбега	1			4.12	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
26	Прыжок в длину с разбега	1			9.12	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
27	Броски набивного мяча	1			11.12	http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
28	Броски набивного мяча	1			16.12	http://videouroki.net
29	Челночный бег	1			18.12	http://videouroki.net
30	Челночный бег	1			23.12	http://videouroki.net
31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1			25.12	http://videouroki.net
32	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
33	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				http://videouroki.net
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
35	Передвижение на лыжах	1				http://videouroki.net

	одновременным двухшажным ходом					
36	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				http://videouroki.net
37	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
38	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				http://videouroki.net
39	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
40	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				http://videouroki.net
41	Повороты на лыжах способом переступания	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
42	Повороты на лыжах способом переступания	1				http://videouroki.net
43	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
44	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
45	Скольжение с пологого	1				http://videouroki.net

	склона с поворотами и торможением					http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
46	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
47	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
48	Спортивная игра баскетбол. Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
49	Спортивная игра волейбол. Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении.	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
50	Спортивная игра футбол. Подвижные игры с приемами футбола	1				http://videouroki.net
51	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени. Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1 км. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
57	Освоение правил и техники выполнения	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты					
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание	1				http://videouroki.net

	туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
66	Промежуточная аттестация. Итоговый	1	1			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	тест за курс 3 класса.					
67	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1			2.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			6.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			9.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			13.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			16.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			20.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
7	Оказание первой помощи на занятиях физической	1			23.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	культуры					
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			27.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
9	Закаливание организма	1			30.09	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			4.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
11	Акробатическая комбинация	1			7.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
12	Акробатическая комбинация	1			11.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			14.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			18.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			21.10	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
16	Поводящие упражнения	1			25.10	http://videouroki.net

	для обучения опорному прыжку					http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
17	Обучение опорному прыжку	1			8.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
18	Обучение опорному прыжку	1			11.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1			15.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1			18.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			22.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			25.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			29.11	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			2.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
26	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			6.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			9.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			13.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
29	Беговые упражнения	1			16.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
30	Беговые упражнения	1			20.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
31	Метание малого мяча на дальность	1			23.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
32	Метание малого мяча на дальность	1			27.12	http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом:	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	подводящие упражнения					
37	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
38	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
39	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
40	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
41	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
42	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
43	Разучивание подвижной	1				http://videouroki.net

	игры «Подвижная цель». Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»					http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
44	Разучивание подвижной игры «Паровая машина». Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
45	Упражнения из игры волейбол	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
46	Упражнения из игры баскетбол	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
47	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
50	Освоение правил и техники выполнения	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения					
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1 км. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	Подвижные игры					
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura

	ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры					
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
66	Промежуточная аттестацтя тест	1	1			http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				http://videouroki.net http://900igr.net/prezentatsii/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0	0	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ