МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ

АДМИНИСТРАЦИЯ ОРДЫНСКОГО РАЙОНА

МКОУ Ордынская санаторная школа

ПРИНЯТО	УТВЕРЖДЕНО
На педагогическом совете	Приказ № 85 от 14.08.2026г
Протокол № 8 от 14.08.2026г	

Мамзина Марина Викторовна

Подписано цифровой подписью: Мамзина Марина Викторовна
Дата: 2026.10.11 09:25:58 +07'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 6990466)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 2 – 4 классов

р.п. Ордынское, 2026г.

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.

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

В программе по физической культуре нашли свое отражение 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 счет 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 свое 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 свое 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 ее 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, рекомендованных для изучения физической культуры по варианту N 1 федерального учебного плана, – 303 часа: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

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

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики.

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

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

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.

Легкая атлетика.

Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лежа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полета. 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 приемами 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 приема. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперед, 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 разноименным способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочередно 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.

Легкая 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.

Подвижные и спортивные игры.

Подвижные игры на точность движений с приемами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, прием 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 ее нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счет упражнений с высокой активностью работы

больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоемах, 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, подъем переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Легкая 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.

Подвижные и спортивные игры.

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, прием 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 ее 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.

2 КЛАСС

По окончании 2 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры ее 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;

выполнять 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

Самоорганизация и самоконтроль:

соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учетом 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.

3 КЛАСС

По окончании 3 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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 ее 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

Общение:

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;

выполнять небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация и самоконтроль:

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.

4 КЛАСС

По окончании 4 класса у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические и исследовательские 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

Общение:

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

Самоорганизация и самоконтроль:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учетом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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 свое 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 приемов из спортивных игр;

выполнять упражнения на развитие физических качеств.

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 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 ее 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 вперед;

передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноименным 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 (прием мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

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 легкой атлетикой, лыжной 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;

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.

В связи с отсутствием условий проведения, инвариантный модуль «Плавание» заменен на углубленное освоение инвариантных модулей «Легкая атлетика, подвижные игры»

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			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	4			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	1			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					

2.1	Гимнастика с основами акробатики	12			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
2.2	Подвижные игры	16			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
2.3	Лыжная подготовка	12			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
2.4	Легкая атлетика	15			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
Итого по разделу		55			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	4			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
Итого по разделу		4			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

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			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
1.1	Легкая атлетика	10			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
Итого по разделу		10			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
2.3	Физическая нагрузка	2			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 2. Оздоровительная физическая культура					
2.1	Закаливание организма	1			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
2.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
Итого по разделу		2			
Раздел 3. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
3.1	Гимнастика с основами акробатики	12			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
3.2	Лыжная подготовка	12			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netc

					at_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
3.3	Подвижные и спортивные игры	17			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
3.4	Легкая атлетика	7			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
Итого по разделу		48			
Раздел 4. Прикладно-ориентированная физическая культура					
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

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			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
1.1	Легкая атлетика	10			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
Итого по разделу		10			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2			https://shkolamedynskaya-

					r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 2. Оздоровительная физическая культура					
2.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
2.2	Закаливание организма	1			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf

Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
3.1	Гимнастика с основами акробатики	12			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
3.2	Лыжная подготовка	12			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
3.3	Подвижные и спортивные игры	17			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
3.4	Легкая атлетика	7			https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fi

					zicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
Итого по разделу		48			
Раздел 4. Прикладно-ориентированная физическая культура					
4.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2			https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
Итого по разделу		2			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68			

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				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
2	Зарождение Олимпийских игр	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
3	Современные Олимпийские игры	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
4	Физическое развитие	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
5	Физические качества	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
6	Развитие координации движений	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
7	Дневник наблюдений по физической культуре	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
8	Закаливание организма	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
9	Утренняя зарядка,	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-

	составление индивидуальных комплексов					kultura-2-klass-matveev
10	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
11	Строевые упражнения и команды	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
12	Прыжковые упражнения	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
13	Гимнастическая разминка	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
14	Ходьба на гимнастической скамейке	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
15	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
16	Упражнения с гимнастической скакалкой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
17	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				https://www.gto.ru/

	комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - девочки					https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
18	Упражнения с гимнастическим мячом	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
20	Танцевальные гимнастические движения	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
21	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
22	Игры с приемами баскетбола	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
23	Игры с приемами баскетбола	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
24	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
25	Приемы баскетбола: мяч	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-

	среднему и мяч соседу					kultura-2-klass-matveev
26	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
27	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
28	Прием «волна» в баскетболе	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
29	Прием «волна» в баскетболе	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
30	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
31	Игры с приемами футбола: метко в цель	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
32	Гонка мячей и слалом с мячом	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
33	Гонка мячей и слалом с мячом	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
34	Футбольный бильярд	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
35	Футбольный бильярд	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
36	Бросок ногой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-

						kultura-2-klass-matveev
37	Бросок ногой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
38	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
39	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
40	Спуск с горы в основной стойке	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
41	Спуск с горы в основной стойке	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
42	Подъем лесенкой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
43	Подъем лесенкой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
44	Спуски и подъёмы на лыжах	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
45	Спуски и подъёмы на лыжах	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
46	Торможение лыжными палками	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

47	Торможение лыжными палками	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
48	Торможение падением на бок	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
50	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
51	Броски мяча в неподвижную мишень	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
52	Броски мяча в неподвижную мишень	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
54	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
55	Сложно координированные прыжковые упражнения	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
56	Освоение правил и техники	1				https://www.gto.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами					https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
57	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
58	Прыжок в высоту с прямого разбега	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
60	Бег с поворотами и изменением направлений Промежуточная аттестация.	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 м	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
62	Сложно координированные беговые упражнения	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
63	Сложно координированные беговые упражнения	1				https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev
64	Освоение правил и техники	1				https://www.gto.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м					https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
65	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
66	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
67	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
68	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				

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				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
2	История появления современного спорта	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
3	Прыжок в длину с разбега	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
4	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-

						a5kqg
5	Броски набивного мяча	1				
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
7	Челночный бег	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
8	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 м	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
9	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

10	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
13	Виды физических упражнений	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
14	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.r

						u/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
15	Дозировка физических нагрузок	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
16	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
17	Закаливание организма под душем	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
18	Дыхательная гимнастика и гимнастика для глаз	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

19	Строевые команды и упражнения	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
20	Лазанье по канату	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
21	Передвижения по гимнастической скамейке	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
22	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см - девочки	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
23	Передвижения по гимнастической стенке	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/6

						9/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
24	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
25	Прыжки через скакалку	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
26	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
27	Ритмическая гимнастика	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
28	Освоение правил и техники выполнения	1				https://www.gto.ru/

	норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу					https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
29	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
30	Танцевальные упражнения из танца полька	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
31	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
32	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3

						_klass_1_.pdf
33	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
34	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
35	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
36	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
37	Повороты на лыжах способом	1				https://shkolamedynsk

	переступания					aya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
38	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
39	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
40	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
41	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fi

						zicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
42	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
43	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
44	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
45	Спортивная игра баскетбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
46	Спортивная игра баскетбол	1				https://shkolamedynsk

						aya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
47	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
48	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
49	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
50	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fi

						zicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
51	Спортивная игра волейбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
52	Спортивная игра волейбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
53	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
54	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

55	Спортивная игра футбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
56	Спортивная игра футбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
57	Подвижные игры с приемами футбола	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
58	Подвижные игры с приемами футбола Промежуточная аттестация.	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
59	Спортивная игра футбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.r

						u/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
60	Бег на короткую дистанцию	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
61	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
62	Прыжок в длину с разбега	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
63	Бег на длинную дистанцию	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

64	Метание мяча весом 150г	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
65	Метание мяча весом 150г	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
66	Челночный бег 3х10 м	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf
67	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
68	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-

						a5kqg
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				

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				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
2	Из истории развития национальных видов спорта	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
3	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
4	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.r

						u/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
6	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
7	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
8	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
9	Беговые упражнения	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizic

						heskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
10	Метание малого мяча на дальность	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
11	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150 г	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
13	Самостоятельная физическая подготовка	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
14	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizic

						heskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
15	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
16	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание первой помощи при травмах	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
17	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
18	Закаливание организма	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf

19	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
20	Акробатическая комбинация	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
21	Акробатическая комбинация	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
22	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
23	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg

24	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
25	Обучение опорному прыжку	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
26	Обучение опорному прыжку	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
27	Лазание по канату в два приема	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
28	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/

	перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки					d/WdxXku7V-a5kqg
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
30	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
31	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
32	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
33	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие	1				https://shkolamedynskaya-

	упражнения					r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
36	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
37	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_kla

						ss_compressed.pdf
38	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
39	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
41	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
42	Освоение правил и техники выполнения	1				https://www.gto.ru/

	норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км					https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
43	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
44	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
45	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
46	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_kla

						ss_compressed.pdf
47	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
48	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
49	Упражнения из игры волейбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
50	Упражнения из игры волейбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
51	Упражнения из игры волейбол	1				https://shkolamedynska

						ya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
52	Упражнения из игры волейбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
53	Упражнения из игры баскетбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
54	Упражнения из игры баскетбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
55	Упражнения из игры баскетбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizic

						heskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
56	Упражнения из игры баскетбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
57	Упражнения из игры футбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
58	Упражнения из игры футбол	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
59	Упражнения из игры футбол. Промежуточная аттестация.	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf

60	Челночный бег 3х10 м	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
61	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
62	Прыжок в длину с разбега	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
63	Бег на короткую дистанция	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
64	Эстафетный бег	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru

						/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
65	Метание мяча весом 150 г	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
66	Метание мяча весом 150г на дальность	1				https://shkolamedynskaya-r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				https://www.gto.ru/ https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

https://shkolamedynskaya-

r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

https://shkolamedynskaya-

r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-2-klass-matveev

https://shkolamedynskaya-

r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_3_klass_1_.pdf

https://shkolamedynskaya-

r40.gosweb.gosuslugi.ru/netcat_files/30/69/Fizicheskaya_kul_tura_4_klass_compressed.pdf

https://disk.yandex.ru/d/WdxXku7V-a5kqg

https://www.gto.ru/

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.edu.ru