

## Место учебного предмета «физическая культура» в учебном плане

В соответствии с учебным планом школы для изучения физической культуры на уровне начального образования отводится 303 часа, из них в 1 классе – 99 часов из расчёта 3 учебных часа в неделю (33 учебные недели), во 2 – 4 классах – по 68 часов из расчета 2 учебных часа в неделю (34 недели в каждом классе).

### Содержание учебного предмета «Физическая культура»

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 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. 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 физкультурминутки 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 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. 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 всплытие; 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 популясу 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 учебного предмета «Физическая культура»**

### Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности. Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

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

### Метапредметные результаты

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

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

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

коммуникативные УУД:

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

регулятивные УУД:

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

По окончании второго года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (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 УУД:

- 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 учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

По окончании третьего года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 УУД:

- 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 УУД:

- 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.

По окончании четвертого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

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

регулятивные УУД:

- 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

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

1 класс

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному;
- выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 класс

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;

- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекачиванию;
- 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 третьем классе обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой **и плавательной подготовки**;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противходом 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 в движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой).
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

### 4 класс

К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и **плавательной подготовкой**;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- **демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору учащегося);**
- 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

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Знания о физической культуре</b>		<b>2</b>	
1.	Что понимается под физической культурой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Что понимается под физической культурой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Способы самостоятельной деятельности</b>		<b>2</b>	
1.	Режим дня школьника	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Режим дня школьника	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Физическое совершенствование</b>		<b>95</b>	
<b>Оздоровительная физическая культура</b>		<b>3</b>	
1.	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Осанка человека	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
3.	Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>		<b>92</b>	
<b>Модуль «Гимнастика с основами акробатики»</b>		<b>12</b>	
1.	Правила поведения на уроках физической культуры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Исходные положения в физических упражнениях	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
3.	Исходные положения в физических упражнениях	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
5.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
6.	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7.	Гимнастические упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
8.	Гимнастические упражнения		<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
9.	Гимнастические упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
10.	Акробатические упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
11.	Акробатические упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
12.	Акробатические упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Модуль «Лёгкая атлетика»</b>		<b>20</b>	
1.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a>



№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
3.	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
5.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
6.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
8.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
9.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
10.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
11.	Прыжок в длину с места	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
12.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
13.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
14.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
15.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
16.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
17.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
18.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
19.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
20.	Прыжок в длину и в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры»</b>		<b>9</b>	
1.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
3.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
5.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
6.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
8.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
9.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Модуль «Лыжная подготовка»</b>		<b>27</b>	

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Переноска лыж к месту занятия	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Основная стойка лыжника	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
3.	Строевые команды в лыжной подготовке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4.	Строевые команды в лыжной подготовке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
5.	Передвижение на лыжах ступающим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
6.	Передвижение на лыжах ступающим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7.	Передвижение на лыжах ступающим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
8.	Передвижение на лыжах скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
9.	Передвижение на лыжах скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
10.	Передвижение на лыжах скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
11.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (1)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
12.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (2)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
13.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (3)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
14.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (4)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
15.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (5)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
16.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (6)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
17.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (7)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
18.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (8)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
19.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (9)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
20.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (10)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
21.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (11)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
22.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. <b>РС (12)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
23.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
24.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
25.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
26.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
27.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры»</b>		<b>6</b>	
1.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
3.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4.	Подвижные и спортивные игры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
5.	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
6.	Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>		<b>18</b>	
1.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
2.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
3.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
4.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
5.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
6.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
7.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
8.	Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
9.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
10.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
11.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
12.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
13.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
14.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
15.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
16.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
17.	<b>Промежуточная аттестация. Тест за курс 1 класса.</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
18.	Анализ и работа над ошибками теста. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/1">https://resh.edu.ru/subject/9/1</a>
<b>Общее количество академических часов по программе</b>		<b>99</b>	

## 2 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Знания о физической культуре</b>		<b>2</b>	
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Зарождение Олимпийских игр	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Способы самостоятельной деятельности</b>		<b>8</b>	

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.	Физическое развитие.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Физические качества.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Сила как физическое качество.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
4.	Быстрота как физическое качество.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
5.	Выносливость как физическое качество.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
6.	Гибкость как физическое качество.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
7.	Развитие координации движений.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
8.	Дневник наблюдений по физической культуре.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Физическое совершенствование</b>		<b>58</b>	
<b>Оздоровительная физическая культура</b>		<b>3</b>	
1.	Закаливание организма	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Утренняя зарядка	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>		<b>55</b>	
<b>Модуль «Гимнастика с основами акробатики»</b>		<b>14</b>	
1.	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Строевые упражнения и команды	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Строевые упражнения и команды	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
4.	Строевые упражнения и команды	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
5.	Гимнастическая разминка	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
6.	Гимнастическая разминка	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
7.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
8.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
9.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
10.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
11.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
12.	Упражнения с гимнастическим мячом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
13.	Танцевальные движения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
14.	Танцевальные движения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры»</b>		<b>5</b>	
1.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>



№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
3.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
4.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
5.	Подвижные игры. <b>РКМ (1) «Подвижные народные игры Русского Севера»</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Модуль «Лыжная подготовка»</b>		<b>20</b>	
1.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
4.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
5.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
6.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
7.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
8.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
9.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (1)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
10.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (2)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
11.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (3)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
12.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (4)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
13.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (5)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
14.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (6)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
15.	Спуски и подъёмы на лыжах. <b>РС (7)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
16.	Торможение лыжными палками и падением на бок. <b>РС (8)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
17.	Торможение лыжными палками и падением на бок. <b>РС (9)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
18.	Торможение лыжными палками и падением на бок. <b>РС (10)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
19.	Торможение лыжными палками и падением на бок. <b>РС (11)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
20.	Торможение лыжными палками и падением на бок. <b>РС (12)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Модуль «Лёгкая атлетика»</b>		<b>9</b>	
1.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Броски мяча в неподвижную мишень	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
4.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
5.	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
6.	Сложно координированные передвижения ходьбой по	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a>

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	гимнастической скамейке		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
7.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
8.	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
9.	Сложно координированные беговые упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры»</b>		<b>3</b>	
1.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>		<b>4</b>	
1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
2.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
3.	Промежуточная аттестация. Тест за курс 2 класса.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
4.	Анализ и работа над ошибками теста. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/2">https://resh.edu.ru/subject/9/2</a>
<b>Общее количество академических часов по программе</b>		<b>68</b>	

### 3 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Знания о физической культуре</b>		<b>3</b>	
1.	Физическая культура у древних народов	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Физическая культура у древних народов	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Физическая культура у древних народов	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Способы самостоятельной деятельности</b>		<b>4</b>	
1.	Виды физических упражнений	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Измерение пульса на уроках физической культуры	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
4.	Дозировка физической нагрузки во время занятий физической культурой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Физическое совершенствование</b>		<b>61</b>	
<b>Оздоровительная физическая культура</b>		<b>3</b>	
1.	Закаливание организма	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Дыхательная гимнастика	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Зрительная гимнастика	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>		<b>58</b>	
<b>Модуль «Гимнастика с основами акробатики»</b>		<b>15</b>	
1.	Строевые команды и упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a>

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Лазанье по канату	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Передвижения по гимнастической скамейке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
4.	Передвижения по гимнастической скамейке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
5.	Передвижения по гимнастической стенке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
6.	Передвижения по гимнастической стенке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
7.	Передвижения по гимнастической стенке	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
8.	Прыжки через скакалку	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
9.	Прыжки через скакалку	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
10.	Прыжки через скакалку	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
11.	Ритмическая гимнастика	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
12.	Ритмическая гимнастика	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
13.	Ритмическая гимнастика	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
14.	Танцевальные упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
15.	Танцевальные упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Модуль «Лёгкая атлетика»</b>		<b>7</b>	
1.	Прыжок в длину с разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Прыжок в длину с разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Броски набивного мяча	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
4.	Броски набивного мяча	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
5.	Броски набивного мяча	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
6.	Беговые упражнения повышенной координационной сложности	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
7.	Беговые упражнения повышенной координационной сложности	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Модуль «Лыжная подготовка»</b>		<b>20</b>	
1.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
4.	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом. <b>РС (1)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
5.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (2)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
6.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (3)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
7.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (4)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
8.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (5)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
9.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (6)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
10.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (7)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
11.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (8)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
12.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (9)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
13.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (10)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
14.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (11)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
15.	Повороты на лыжах способом переступания. <b>РС (12)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
16.	Повороты на лыжах способом переступания. Торможение плугом.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
17.	Повороты на лыжах способом переступания. Торможение плугом.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
18.	Повороты на лыжах способом переступания. Торможение плугом.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
19.	Повороты на лыжах способом переступания. Торможение плугом.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
20.	Повороты на лыжах способом переступания. Торможение плугом.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры»</b>		<b>8</b>	
1.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
4.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
5.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
6.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
7.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
8.	Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол, баскетбол, волейбол)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>		<b>8</b>	
1.	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
2.	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
3.	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
4.	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
5.	Развитие основных физических качеств средствами базовых	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a>



№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
	видов спорта. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
6.	Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
7.	<b>Промежуточная аттестация. Тест за курс 3 класса.</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
8.	Анализ и работа над ошибками теста. Рефлексия: демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3">https://resh.edu.ru/subject/9/3</a>
<b>Общее количество академических часов по программе</b>		<b>68</b>	

#### 4 класс

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Знания о физической культуре</b>		<b>2</b>	
1.	Из истории развития физической культуры в России	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Способы самостоятельной деятельности</b>		<b>5</b>	
1.	Самостоятельная физическая подготовка	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
4.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности <b>РКМ (1) «Паспорт здоровья юного северянина»</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
5.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Физическое совершенствование</b>		<b>61</b>	
<b>Оздоровительная физическая культура</b>		<b>2</b>	
1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Закаливание организма	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>		<b>59</b>	
<b>Модуль «Гимнастика с основами акробатики»</b>		<b>14</b>	
1.	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Акробатическая комбинация	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
3.	Акробатическая комбинация	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
4.	Акробатическая комбинация	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
5.	Опорной прыжок	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
6.	Опорной прыжок	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
7.	Опорной прыжок	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
8.	Упражнения на гимнастической перекладине	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a>

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
9.	Упражнения на гимнастической перекладине	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
10.	Упражнения на гимнастической перекладине	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
11.	Упражнения на гимнастической перекладине	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
12.	Танцевальные упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
13.	Танцевальные упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
14.	Танцевальные упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Модуль «Лёгкая атлетика»</b>		<b>9</b>	
1.	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
3.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
4.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
5.	Беговые упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
6.	Беговые упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
7.	Беговые упражнения	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
8.	Метание малого мяча на дальность	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
9.	Метание малого мяча на дальность	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Модуль «Лыжная подготовка»</b>		<b>20</b>	
1.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
3.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
4.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
5.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
6.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
7.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
8.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. РС (1)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
9.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. РС (2)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
10.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. РС (3)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
11.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. РС (4)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
12.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. РС (5)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
13.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. РС (6)	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>

№	Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
14.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. <b>РС (7)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
15.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. <b>РС (8)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
16.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. <b>РС (9)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
17.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. <b>РС (10)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
18.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. <b>РС (11)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
19.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. <b>РС (12)</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
20.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Модуль «Подвижные и спортивные игры»</b>		<b>8</b>	
1.	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Подвижные игры общефизической подготовки	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
3.	Технические действия игры волейбол	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
4.	Технические действия игры волейбол	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
5.	Технические действия игры баскетбол	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
6.	Технические действия игры баскетбол	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
7.	Технические действия игры футбол	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
8.	Технические действия игры футбол	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>		<b>8</b>	
1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
2.	Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
3.	Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
4.	Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
5.	Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
6.	Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
7.	<b>Промежуточная аттестация. Тест за курс 4 класса.</b>	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
8.	Анализ и работа над ошибками теста. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.	1	<a href="https://catalog.prosv.ru/item/39120">https://catalog.prosv.ru/item/39120</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4">https://resh.edu.ru/subject/9/4</a>
<b>Общее количество академических часов по программе</b>		<b>68</b>	