

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
2	Зарождение Олимпийских игр	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
3	Физическое развитие. Физические качества Сила как физическое качество	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
4	Быстрота как физическое качество. Выносливость как физическое качество.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
5	Гибкость как физическое качество	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
6	Развитие координации движений	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
7	Лёгкая атлетика 6ч.: Беседа: «Как сохранить и укрепить здоровье?» Знакомство со спортивной площадкой, спортивным залом.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
8	Бег коротким, средним и длинным шагом. Подвижные игры	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
9	Бег коротким, средним и длинным шагом. Подвижные игры	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...

10	Прыжки в длину с места. Игра «Пятнашки»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
11	Прыжки в длину с места, толчком двумя ногами.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
12	Разучивание броска теннисного мяча	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
13	Баскетбол:18ч. Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
14	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
15	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
16	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
17	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
18	Передача мяча от груди	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
19	Передача мяча от груди	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
20	Передача мяча в парах и тройками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
21	Передача мяча в парах и тройками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
22	Передача мяча в парах и тройками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
23	Ведение мяча одной и двумя руками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

24	Ведение мяча одной и двумя руками	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
25	Ведение мяча одной и двумя руками	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
26	Броски мяча в кольцо снизу и от груди	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
27	Броски мяча в кольцо снизу и от груди	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
28	Броски мяча в кольцо снизу и от груди	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
29	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
30	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
31	Гимнастика 15ч. Т.Б.Построение в шеренгу и в колонну.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
32	Строевые упражнения. Игра «Проверь себя»	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
33	Перестроение в шеренге и колонне на месте. Игра «Смена мест»	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
34	Передвижение по гимнастической стенке.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
35	Эстафеты с обручем. Игра «Совушка».	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...

36	Группировка; перекаты в группировке, из упора стоя на коленях. Кувырок в сторону.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
37	Перекаты в группировке, из упора стоя на коленях. Кувырок вперед. Кувырок в сторону. Основная стойка. Построение по одному и в шеренгу.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
38	перекаты в группировке, из упора стоя на коленях. Кувырок вперед. Кувырок в сторону. Кувырок назад. Построение по одному и в шеренгу.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
39	Учет - кувырок вперед. «Мост» из положения лежа и с помощью партнера. Стойка на лопатках согнув ноги. Повороты налево и направо.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
40	«Мост» из положения лежа и с помощью партнера. Стойка на лопатках согнув ноги. Повороты налево и направо.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
41	Учет - из стойки на лопатках согнув ноги перекаат вперед в упор присев. В висе поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Подтягивание. Команды «Шагом марш!», «Класс стой!»	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...

42	Учет - подтягивание. В висе поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Наклон вперед из положения стоя. Команды «Шагом марш!», «Класс стой!»	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
43	Учет - в висе поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках. Наклон вперед из положения стоя. Команды «Шагом марш!», «Класс стой!»	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
44	Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев и стоя на коленях. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке. Перестроение из 1 шеренги в 2.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
45	Учет - лазанье по канату. Разновидности ходьба по гимнастической скамейке. Поднимание туловища из положения лежа. Перестроение из 1 шеренги в 2.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
46	Лыжная подготовка 15ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжной подготовки.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...

47	Техника падения на лыжах. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
48	Техника падения на лыжах. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
49	Техника падения на лыжах. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
50	Ступающий шаг с палками. Повороты переступанием.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
51	Ступающий шаг с палками. Повороты переступанием.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
52	Ступающий шаг с палками. Повороты переступанием.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
53	Скользкий шаг с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
54	Скользкий шаг с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
55	Скользкий шаг с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
56	Прохождение лыжной дистанции 50 м, 150м, 300м, 500м	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
57	Прохождение лыжной дистанции 50 м, 150м, 300м, 500м	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
58	Прохождение лыжной дистанции 50 м, 150м, 300м, 500м	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

59	Лыжные гонки с элементами подвижных игр	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
60	Лыжные гонки с элементами подвижных игр	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
61	Спортивные игры (Пионербол) 21ч: Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми с элементами волейбола в спортивном зале. Правила игры в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
62	Правила игры в пионербол. Особенности расстановки на площадке. Ловля и передача мяча через сетку.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
63	Правила игры в пионербол. Особенности расстановки на площадке. Ловля и передача мяча через сетку.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
64	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
65	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
66	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

67	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
68	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
69	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
70	Упражнения передачи сверху и приёма снизу	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
71	Упражнения передачи сверху и приёма снизу	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
72	Упражнения передачи сверху и приёма снизу	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
73	Упражнения передачи сверху и приёма снизу	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
74	Упражнения передачи сверху и приёма снизу	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
75	Упражнения передачи сверху и приёма снизу	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
76	Подвижные игры с элементами пионербола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
77	Подвижные игры с элементами пионербола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

78	Подвижные игры с элементами пионербола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
79	Подвижные игры с элементами пионербола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
80	Подвижные игры с элементами пионербола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
81	Подвижные игры с элементами пионербола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
82	Лёгкая атлетика 9ч.: Т.Б. Ходьба и бег с изменением темпа.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
83	Челночный бег 3х10 м. игра « Белые медведи»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
84	Бег 30 м. Игра «Пятнашки», бег на скорость	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
85	Бег с эстафетной палочкой. Игра « Кто обгонит»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
86	Равномерный, медленный бег до 4 мин. Игра «Эстафета зверей»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
87	Прыжки в длину с места. Игра «Жмурки»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
88	Метание мяча в горизонтальную цель. Эстафеты с мячами.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
89	Метание мяча в вертикальную цель. Игра «Точно в мишень»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
90	Метание мяча на дальность.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

91	Футбол 9ч: метко в цель.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
92	Гонка мячей	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
93	Гонка мячей	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
94	Футбольный бильярд	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
95	Футбольный бильярд	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
96	Удары по воротам	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
97	Удары по воротам	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
98	Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
99	Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
100	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	102		

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура у древних народов	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
2	История появления современного спорта	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
3	Виды физических упражнений	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
5	Дозировка физических нагрузок	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
7	Лёгкая атлетика 6ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях легкой атлетикой в спортивном зале, на спортивной площадке.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
8	Бег 30 метров. Игра « Эстафета зверей»	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
9	Бег 60 метров.	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...

10	прыжок в длину с места и с разбега	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
11	Техника выполнения метания малого мяча с места вдаль и на заданное расстояние.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
12	метания малого мяча с места вдаль	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
13	Баскетбол:18ч. Подвижные игры с приемами спортивных игр		0	1		
14	Подвижные игры с приемами спортивной игры в баскетбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
15	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
16	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
17	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
18	Передача мяча от груди		0	1		
19	Передача мяча от груди	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
20	Передача мяча в парах и тройками		0	1		
21	Передача мяча в парах и тройками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
22	Передача мяча в парах и тройками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
23	Ведение мяча одной и двумя руками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

24	Ведение мяча одной и двумя руками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
25	Ведение мяча одной и двумя руками	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
26	Броски мяча в кольцо снизу и от груди	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
27	Броски мяча в кольцо снизу и от груди	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
28	Броски мяча в кольцо снизу и от груди	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
29	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
30	Игры с приемами баскетбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
31	Гимнастика 15 ч.: инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
32	Название снарядов и гимнастических элементов. Основная стойка. Построение по одному и в шеренгу.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
33	Название снарядов и гимнастических элементов. Основная стойка. Построение по одному и в шеренгу.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
34	Строевые упражнения, повороты влево вправо	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
35	Строевые упражнения, повороты влево вправо	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

36	Строевые упражнения, повороты влево вправо	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
37	Группировка; перекаты в группировке, из упора стоя на коленях. Кувырок в сторону.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
38	Группировка; перекаты в группировке, из упора стоя на коленях. Кувырок в сторону.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
39	кувырок вперёд и назад	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
40	кувырок вперёд и назад	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
41	«Мост» из положения лежа и с помощью партнера. Стойка на лопатках согнув ноги.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
42	«Мост» из положения лежа и с помощью партнера. Стойка на лопатках согнув ноги.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
43	«Шпагат», стойка на голове (мальчики), «ласточка»,	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
44	«Шпагат», стойка на голове (мальчики), «ласточка»,	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
45	«Шпагат», стойка на голове (мальчики), «ласточка»,	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
46	Лыжная подготовка 18ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжной подготовки	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

47	Техника падения на лыжах. Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
48	Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
49	Переноска и надевание лыж. Ступающий шаг без палок.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
50	Ступающий шаг без палок	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
51	Ступающий шаг с палками	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
52	Ступающий шаг без палок и с палками	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
53	ступающий шаг без палок. Ступающий шаг с палками. Повороты переступанием.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
54	ступающий шаг без палок. Ступающий шаг с палками. Повороты переступанием.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
55	Повороты переступанием. Подъемы и спуски под уклон.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
56	Повороты переступанием. Подъемы и спуски под уклон.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
57	Подъемы и спуски под уклон.	1	0	1	infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

58	Подъемы и спуски под уклон. Скользкий шаг с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
59	Подъемы и спуски под уклон. Скользкий шаг с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
60	Скользкий шаг с палками. Прохождение дистанции 300 метров.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
61	Прохождение дистанции 500 метров.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
62	Прохождение дистанции 500 метров.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
63	Подвижные игры на лыжах	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
64	Спортивные игры (пионербол) 21ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми с элементами волейбола в спортивном зале. Правила игры в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
65	Особенности расстановки на площадке. Ловля и передача мяча через сетку.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
66	Особенности расстановки на площадке. Ловля и передача мяча через сетку.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
67	Ловля и передача мяча через сетку. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

68	Ловля и передача мяча через сетку. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
69	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
70	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
71	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
72	Ловля и передача мяча через сетку. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
73	Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
74	Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
75	Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

76	Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
77	Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
78	Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
79	Игра в пионербол в три паса	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
80	Игра в пионербол в три паса	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
81	Игра в пионербол в три паса	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
82	Эстафета с волейбольными мячами.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
83	Подвижные игры с элементами волейбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
84	Подвижные игры с элементами волейбола	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
85	Лёгкая атлетика бч.: Инструктаж по технике безопасности.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
86	Метание малого мяча на точность и на дальность	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
87	Эстафетный бег. Игра « Шишки , жёлуди, орехи»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
88	Эстафетный бег. Бег на 60 метров	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

89	Разучивание бега с низкого и высокого старта	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
90	Эстафеты с предметами	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
91	Футбол 9ч: метко в цель.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
92	Гонка мячей	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
93	Гонка мячей	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
94	Футбольный бильярд	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
95	Футбольный бильярд	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
96	Удары по воротам	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
97	Удары по воротам	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
98	Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
99	Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
100	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени					
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	102		

4 КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образователь ные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практичес кие работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
3	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
4	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
5	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...
6	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры. Упражнения	1	0	1		infourok.ru>elektronnie-obrazovate...

	для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела					
7	Техника высокого, низкого старта. Бег 30 м. Прыжок в длину с места и с разбега	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
8	Метание набивного мяча из-за головы 2 руками из положения сидя (1 кг). Метание малого мяча на дальность	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
9	Спортивные игры (баскетбол) 12ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях подвижными играми с элементами баскетбола в спортивном зале. Ведение мяча (правой, левой рукой)	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
10	Ведение мяча (правой, левой рукой)	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

11	Передачи мяча в парах на месте и в движении	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
12	Передачи мяча в парах на месте и в движении	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
13	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Бросок двумя руками от груди.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
14	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Бросок двумя руками от груди.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
15	Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Бросок двумя руками от груди. Броски мяча в кольцо.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
16	Броски мяча в кольцо.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
17	Учебно - тренировочная игра в баскетбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
18	Учебно - тренировочная	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	игра в баскетбол					
19	Учебно - тренировочная игра в баскетбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
20	Учебно - тренировочная игра в баскетбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
21	Гимнастика 10ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях гимнастикой. Строевые упражнения. Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!».	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
22	2 кувырка вперед. Кувырок назад перекатом в стойку на лопатках. Мост с помощью и самостоятельно	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
23	2 кувырка вперед. Кувырок назад перекатом в стойку на лопатках. Мост с помощью и	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	самостоятельно .					
24	Акробатическая комбинация (2 кувырка вперед, кувырок назад перекатом в стойку на лопатках, мост).	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
25	Опорный прыжок на «коня», «козла» (вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук). Команды: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Игра: «Колесо».	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
26	Опорный прыжок на «коня», «козла» (вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук).	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
27	Перестроение из одной шеренги в три уступами, из колонны по одному в колонну по три и четыре в	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	движении с поворотом.					
28	Лазанье по канату в два приема.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
29	Лазанье по канату в три приема.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
30	Лазанье по канату в три приема.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
31	Лыжная подготовка 12ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях лыжной подготовки. Дыхание при ходьбе на лыжах. Переноска и надевание лыж. Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
32	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
33	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
34	Подъем «лесенкой». Спуски в	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	высокой и низкой стойке.					
35	Подъем «лесенкой». Спуски в высокой и низкой стойке.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
36	Торможение «плугом». Повороты переступанием в движении.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
37	Торможение «плугом». Повороты переступанием в движении.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
38	прохождение дистанции 500м.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
39	прохождение дистанции 500м.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
40	прохождение дистанции 1 км	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
41	Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции на лыжах до 1 км.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...
42	Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции	1	0	1		infourok.ru»elektronnie- obrazovate...

	на лыжах до 1 км.					
43	Спортивные игры (пионербол) 14ч.: Инструктаж по технике безопасности при занятиях волейболом в спортивном зале. Правила игры в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
44	Особенности расстановки на площадке. Ловля и передача мяча через сетку. Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
45	Особенности расстановки на площадке. Ловля и передача мяча через сетку. Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
46	Передачи мяча в парах. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
47	Передачи мяча в парах. Упражнения для обучения	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол					
48	Передачи мяча в парах. Упражнения для обучения нижней прямой и боковой подачи. Игра в пионербол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
49	Броски мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Упражнения для обучения верхней прямой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
50	Броски мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Упражнения для обучения верхней прямой подачи. Игра в пионербол.	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
51	Броски мяча через сетку и ловли высоко летящего мяча. Упражнения для обучения верхней прямой	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	подачи. Игра в пионербол.					
52	Учебно-тренировочная игра в пионербол в 3 касания	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
53	Учебно-тренировочная игра в пионербол в 3 касания	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
54	Учебно-тренировочная игра в пионербол в 3 касания	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
55	Учебно-тренировочная игра в пионербол в 3 касания	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
56	Учебно-тренировочная игра в пионербол в 3 касания	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
57	Лёгкая атлетика 5ч.: инструктаж по т.б. бег с низкого старта на 30 и 60 метров	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
58	Бег с высокого старта на 30,60 метров	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

59	Эстафетный бег. игра «Жмурки»	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
60	Метание малого мяча на дальность и точность	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
61	Прыжки в длину с разбега	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
62	Футбол 4ч: Инструктаж по ТБ	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
63	Упражнения с мячом, удары по воротам. Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
64	Упражнения с мячом, удары по воротам. Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
65	Упражнения с мячом, удары по воротам. Игра в мини футбол	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
66	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 степени	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
67	Праздник «Большие гонки»,	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...

	посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени					
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	1		infourok.ru»elektronnie-obrazovate...
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		