

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 5 г. Гурьевска» Кемеровской области**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
Протокол № 01
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
Мидарова Л.З. _____
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

директор МБОУ «СОШ № 5 г.
Гурьевска»
_____ Г.Н. Егорова
«30» августа 2024 г.

**Календарно-тематическое планирование
учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 1-4х классов**

Гурьевск 2024

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения			ЭОР
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	1а	1б	1в	
1	Техника безопасности при занятиях физической культурой. Что такое физическая культура	1						
2	Современные физические упражнения	1						
3	Режим дня и правила его составления и соблюдения	1						
4	Личная гигиена и гигиенические процедуры	1						
5	Осанка человека. Упражнения для осанки	1						
6	Комплексы утренней зарядки и физкультминуток в режиме дня школьника	1						
7	Правила поведения на уроках гимнастики	1						
8	Понятие гимнастики и спортивной гимнастики	1						
9	Исходные положения в физических упражнениях	1						
10	Учимся гимнастическим упражнениям	1						
11	Стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом	1						

12	Акробатические упражнения, основные техники	1						
13	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1						
14	Стилизованные передвижения (гимнастический шаг, бег)	1						
15	Гимнастические упражнения с мячом, со скакалкой, в прыжках	1						
16	Подъем туловища из положения лежа на спине и животе	1						
17	Разучивание прыжков в группировке	1						
18	Прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами	1						
19	Правила поведения на уроках лыжной подготовки	1						
20	Строевые упражнения с лыжами в руках	1						
21	Упражнения в передвижении на лыжах	1						
22	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1						
23	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах	1						
24	Техника ступающего шага во время передвижения	1						
25	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1						
26	Имитационные упражнения техники передвижения на лыжах скользящим шагом	1						

27	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1						
28	Техника передвижения скользящим шагом в полной координации	1						
29	Правила поведения на занятиях легкой атлетикой. Чем отличается ходьба от бега	1						
30	Упражнения в передвижении с равномерной скоростью	1						
31	Упражнения в передвижении с изменением скорости	1						
32	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с невысокой скоростью	1						
33	Обучение равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения	1						
34	Обучение равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой	1						
35	Правила выполнения прыжка в длину с места	1						
36	Разучивание одновременного отталкивания двумя ногами	1						
37	Приземление после спрыгивания с горки матов	1						
38	Обучение прыжку в длину с места в полной координации	1						
39	Разучивание техники выполнения прыжка в длину и в высоту с прямого разбега	1						

40	Разучивание техники выполнения прыжка в длину с места	1						
41	Правила поведения на занятиях подвижными играми. Считалки для подвижных игр	1						
42	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1						
43	Разучивание игровых действий и правил подвижных игр	1						
44	Обучение способам организации игровых площадок	1						
45	Самостоятельная организация и проведение подвижных игр	1						
46	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1						
47	Разучивание подвижной игры «Охотники и утки»	1						
48	Разучивание подвижной игры «Не попади в болото»	1						
49	Разучивание подвижной игры «Не оступись»	1						
50	Разучивание подвижной игры «Кто больше соберет яблок»	1						
51	Разучивание подвижной игры «Брось-поймай»	1						
52	Разучивание подвижной игры «Пингвины с мячом»	1						

53	ГТО – что это такое? История ГТО. Спортивные нормативы	1						
54	Основные правила, ТБ на уроках, особенности проведения испытаний (тестов) ВФСК ГТО	1						
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 10м и 30м. Подвижные игры	1						
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение. Подвижные игры	1						
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Ходьба на лыжах. Подвижные игры	1						
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание. Подвижные игры	1						
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. 6-ти минутный бег. Подвижные игры	1						
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бросок набивного мяча. Подвижные игры	1						
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1						

62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Подвижные игры	1						
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1						
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1						
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Подвижные игры	1						
66	Пробное тестирование с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 1-2 ступени ГТО	1						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0				

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольн ые работы	Практические работы	
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1			
2	Зарождение Олимпийских игр	1			
3	Современные Олимпийские игры	1			
4	Физическое развитие	1			
5	Физические качества	1			
6	Сила как физическое качество	1			
7	Быстрота как физическое качество	1			
8	Выносливость как физическое качество	1			
9	Гибкость как физическое качество	1			
10	Развитие координации движений	1			
11	Развитие координации движений	1			
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1			
13	Закаливание организма	1			
14	Утренняя зарядка	1			
15	Составление комплекса утренней зарядки	1			
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1			
17	Строевые упражнения и команды	1			
18	Строевые упражнения и команды	1			
19	Прыжковые упражнения	1			
20	Прыжковые упражнения	1			

21	Гимнастическая разминка	1			
22	Ходьба на гимнастической скамейке	1			
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1			
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1			
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1			
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1			
28	Танцевальные гимнастические движения	1			
29	Танцевальные гимнастические движения	1			
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1			
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1			
32	Спуск с горы в основной стойке	1			
33	Спуск с горы в основной стойке	1			
34	Подъем лесенкой	1			
35	Подъем лесенкой	1			
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1			
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1			
38	Торможение лыжными палками	1			
39	Торможение лыжными палками	1			
40	Торможение падением на бок	1			
41	Торможение падением на бок	1			
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1			
43	Броски мяча в неподвижную мишень	1			
44	Броски мяча в неподвижную мишень	1			

45	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			
46	Сложно координированные прыжковые упражнения	1			
47	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	1			
49	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			
50	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1			
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1			
52	Бег с поворотами и изменением направлений	1			
53	Бег с поворотами и изменением направлений	1			
54	Сложно координированные беговые упражнения	1			
55	Сложно координированные беговые упражнения	1			
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1			
57	Игры с приемами баскетбола	1			
58	Игры с приемами баскетбола	1			
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			
60	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1			
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1			

63	Прием «волна» в баскетболе	1			
64	Прием «волна» в баскетболе	1			
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1			
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1			
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1			
69	Футбольный бильярд	1			
70	Футбольный бильярд	1			
71	Бросок ногой	1			
72	Бросок ногой	1			
73	Подвижные игры на развитие равновесия	1			
74	Подвижные игры на развитие равновесия	1			
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1			
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1			
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1			

81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1			
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			
88	Освоение правил и техники выполнения	1			

	норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты				
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1			
96	Освоение правил и техники выполнения	1			

	норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры				
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1			
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1			
101	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1			
102	«Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2 ступени ГТО	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 102					

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
3 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Дата изучения	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего				
1	Физическая культура у древних народов	1				
2	История появления современного спорта	1				
3	Виды физических упражнений	1				
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1				
5	Дозировка физических нагрузок	1				
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1				
7	Закаливание организма под душем	1				
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1				
9	Строевые команды и упражнения	1				
10	Строевые команды и упражнения	1				
11	Лазанье по канату	1				
12	Лазанье по канату	1				
13	Лазанье по канату	1				
14	Лазанье по канату	1				
15	Передвижения по гимнастической скамейке	1				
16	Передвижения по гимнастической скамейке	1				
17	Передвижения по гимнастической стенке	1				
18	Передвижения по гимнастической стенке	1				

19	Прыжки через скакалку	1				
20	Прыжки через скакалку					
21	Прыжки через скакалку	1				
22	Ритмическая гимнастика	1				
23	Ритмическая гимнастика	1				
24	Ритмическая гимнастика	1				
25	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				
26	Танцевальные упражнения из танца галоп	1				
27	Танцевальные упражнения из танца полька	1				
28	Танцевальные упражнения из танца полька	1				
29	Прыжок в длину с разбега	1				
30	Прыжок в длину с разбега	1				
31	Прыжок в длину с разбега	1				
32	Броски набивного мяча	1				
33	Броски набивного мяча	1				
34	Броски набивного мяча	1				
35	Челночный бег	1				
36	Челночный бег	1				
37	Челночный бег	1				
38	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
39	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
40	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1				
41	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				
42	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				

43	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				
44	Беговые упражнения с координационной сложностью	1				
45	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				
46	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1				
47	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				
48	Повороты на лыжах способом переступания на месте	1				
49	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				
50	Повороты на лыжах способом переступания в движении	1				
51	Повороты на лыжах способом переступания	1				
52	Повороты на лыжах способом переступания	1				
53	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				
54	Торможение на лыжах способом «плуг» при спуске с пологого склона	1				
55	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				
56	Скольжение с пологого склона с поворотами и торможением	1				
57	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				

58	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1				
59	Спортивная игра баскетбол	1				
60	Спортивная игра баскетбол	1				
61	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				
62	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1				
63	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
64	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
65	Подвижные игры с приемами баскетбола	1				
66	Спортивная игра волейбол	1				
67	Спортивная игра волейбол	1				
68	Спортивная игра волейбол	1				
69	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1				
71	Спортивная игра футбол	1				
72	Спортивная игра футбол	1				
73	Спортивная игра футбол	1				
74	Подвижные игры с приемами футбола	1				
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1				
76	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1				
77	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				

	комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты					
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
88	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				

	комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты					
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
98	Освоение правил и техники выполнения норматива	1				

	комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты					
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				
102	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения	Дата изучения	Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего				
1	Из истории развития физической культуры в России	1				
2	Из истории развития национальных видов спорта	1				
3	Самостоятельная физическая подготовка	1				
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1				
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1				
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1				
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1				
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1				
9	Закаливание организма	1				
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических	1				

	упражнений					
11	Акробатическая комбинация	1				
12	Акробатическая комбинация	1				
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1				
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1				
17	Обучение опорному прыжку	1				
18	Обучение опорному прыжку	1				
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1				
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1				
21	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1				
22	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				
23	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1				
24	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				
25	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1				
26	Упражнения в прыжках в высоту с	1				

	разбега					
27	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				
28	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1				
29	Беговые упражнения	1				
30	Беговые упражнения	1				
31	Метание малого мяча на дальность	1				
32	Метание малого мяча на дальность	1				
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1				
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				
39	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1				

40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1				
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1				
45		1				
46		1				
47		1				
48		1				
49		1				
50		1				
51		1				
52		1				
53		1				
54		1				
55		1				

56		1				
57		1				
58		1				
59	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				
60	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1				
61	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				
62	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1				
63	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
64	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1				
65	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				
66	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1				
67	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				
68	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1				
69	Упражнения из игры волейбол	1				
70	Упражнения из игры волейбол	1				
71	Упражнения из игры баскетбол	1				

72	Упражнения из игры баскетбол	1				
73	Упражнения из игры футбол	1				
74	Упражнения из игры футбол	1				
75	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1				
76	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1				
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1				
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1				
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				
84	Освоение правил и техники выполнения	1				

	норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					
85	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				
90	Освоение правил и техники выполнения	1				

	норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный	1				

	бег 3*10м. Эстафеты					
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры	1				
101	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				
102	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		