

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
"Средняя общеобразовательная школа №13"  
города Славгорода Алтайского края

**Принято**

на заседании  
педагогического совета  
МБОУ «СОШ №13»  
Протокол №11  
от «31 » августа 2023г

**Согласовано**

Управляющий Совет  
МБОУ «СОШ №13»  
Протокол №8  
от « 31 » августа 2023г.

**Утверждено**

Приказом директора  
МБОУ «СОШ №13»  
№316/1  
от «31 » августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
(ID 2063764)**

учебного предмета  
«Физическая культура»  
начального общего образования  
для 2 класса  
на 2023-2024 учебный год

Составители:

Браун Т.Д.,  
учитель начальных классов  
высшей квалификационной категории,  
Кириченко О.Г.,  
учитель начальных классов  
высшей квалификационной категории,  
Верховых Л.В.,  
учитель начальных классов  
высшей квалификационной категории

г. Славгород 2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для обучающихся 2 класса на уровне начального общего образования составлена на основе Примерной рабочей программы начального общего образования и Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО), а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в Примерной программе воспитания.

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

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

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

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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

### **Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов .

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Знания о физической культуре.** Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

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

**Физическое совершенствование.** Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

**Спортивно-оздоровительная физическая культура.** Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

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

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

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

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

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО.

Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### 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

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.

### Предметные результаты

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.

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольны е работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9			
Итого по разделу		9			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1			
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2			
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14			
2.2	Лыжная подготовка	12			
2.3	Легкая атлетика	14			
2.4	Подвижные игры	19			

Итого по разделу		59			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

### ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов	Дата	Электронные образовательные ресурсы
1.	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1		1 <a href="https://easyen.ru/load/fizkultura/uroki/pravila_povedeniya_i_tekhniki_bezopasnosti_na_urokakh_fizicheskoy_kultury/427-1-0-32043">https://easyen.ru/load/fizkultura/uroki/pravila_povedeniya_i_tekhniki_bezopasnosti_na_urokakh_fizicheskoy_kultury/427-1-0-32043</a> 2 <a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/podvizhnyie_ighry_raznykh_narodov">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/presentacii/podvizhnyie_ighry_raznykh_narodov</a>
2.	Зарождение Олимпийских игр. Современные Олимпийские игры	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/main/190526/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/main/190526/</a>
3.	Физическое развитие и качества	1		<a href="https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-igri-pyatnashki-dva-moroza-estafeta-710409.html">https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-igri-pyatnashki-dva-moroza-estafeta-710409.html</a>
4.	Сила как физическое качество	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/190679/</a>
5.	Быстрота и выносливость как физическое качество	1		<a href="https://multiurok.ru/files/konspekty-po-legkoi-atletike-s-1-10-urok-1-kh-klas.html">https://multiurok.ru/files/konspekty-po-legkoi-atletike-s-1-10-urok-1-kh-klas.html</a>
6.	Гибкость как физическое качество	1		<a href="https://ypok.pf/library/testirovanie_bega_na_30_m_s_visokogo_starta_155348.html">https://ypok.pf/library/testirovanie_bega_na_30_m_s_visokogo_starta_155348.html</a> <a href="https://urok.1sept.ru/articles/596476">https://urok.1sept.ru/articles/596476</a> эстафеты
7.	Развитие координации движений	1		<a href="https://multiurok.ru/index.php/files/konspekty-urokov-2-klass-1-chetvert.html">https://multiurok.ru/index.php/files/konspekty-urokov-2-klass-1-chetvert.html</a>
8.	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление комплекса утренней зарядки	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/conspect/226526/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/conspect/226526/</a>
9.	Правила поведения на уроках	1		<a href="https://multiurok.ru/index.php/files/">https://multiurok.ru/index.php/files/</a>

	гимнастики и акробатики			<a href="http://plan-konspekt-uroka-po-fizichieskoi-kul-turie-dlia-2-gho-klassa.html">plan-konspekt-uroka-po-fizichieskoi-kul-turie-dlia-2-gho-klassa.html</a>
10.	Строевые упражнения и команды	1		<a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/plan-konspekt-uroka-obucheniia-mietaniia-malogho-miacha">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/plan-konspekt-uroka-obucheniia-mietaniia-malogho-miacha</a>
11.	Прыжковые упражнения	1		<a href="https://videouroki.net/razrabotki/mietaniie-nabivnogho-miacha.html">https://videouroki.net/razrabotki/mietaniie-nabivnogho-miacha.html</a>
12.	Гимнастическая разминка	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/190817/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/conspect/190817/</a>
13.	Ходьба на гимнастической скамейке	1		<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/11/13/samokontrol-v-protseste-zanyatii">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/11/13/samokontrol-v-protseste-zanyatii</a>
14.	Упражнения с гимнастической скакалкой	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/conspect/190574/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/conspect/190574/</a>
15.	Упражнения с гимнастическим мячом	1		<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/10/06/prezentatsiya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-utrennyaya">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/10/06/prezentatsiya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-utrennyaya</a>
16.	Упражнения с гимнастическим мячом	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4067/conspect/172492/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4067/conspect/172492/</a>
17.	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/conspect/223980/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/conspect/223980/</a>
18.	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1		<a href="https://urok.1sept.ru/articles/632043">https://urok.1sept.ru/articles/632043</a>
19.	Спуск с горы в основной стойке	1		<a href="https://infourok.ru/prezentatsiya-most-iz-polozeniia-lezha-4656807.html">https://infourok.ru/prezentatsiya-most-iz-polozeniia-lezha-4656807.html</a> <a href="https://infourok.ru/urok-igra-zapadnya-5468627.html">https://infourok.ru/urok-igra-zapadnya-5468627.html</a>
20.	Подъем лесенкой	1		<a href="https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-po-fizkulture-2-klass-uprazhneniya-na-gimnasticheskoi-skamejke-4507969.html">https://infourok.ru/tehnologicheskaya-karta-po-fizkulture-2-klass-uprazhneniya-na-gimnasticheskoi-skamejke-4507969.html</a> <a href="https://multiurok.ru/files/ighra-zmieika-2-4-klass.html">https://multiurok.ru/files/ighra-zmieika-2-4-klass.html</a> игра
21.	Спуски и подъёмы на лыжах	1		<a href="https://infourok.ru/urok-igra-zapadnya-5468627.html">https://infourok.ru/urok-igra-zapadnya-5468627.html</a> <a href="https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/284805-konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-vypolne">https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/284805-konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-vypolne</a>
22.	Торможение лыжными палками	1		<a href="https://pandia.ru/text/85/369/37355.php">https://pandia.ru/text/85/369/37355.php</a>
23.	Торможение падением на бок	1		<a href="https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskoi-kulturi-po-teme-lazanie-po-naklonnoi-skamejke-v-upore-lezha-podtyagivayas-rukami-igra-aisti-3592227.html">https://infourok.ru/konspekt-uroka-fizicheskoi-kulturi-po-teme-lazanie-po-naklonnoi-skamejke-v-upore-lezha-podtyagivayas-rukami-igra-aisti-3592227.html</a>
24.	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/conspect/191550/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/conspect/191550/</a>
25.	Броски мяча в неподвижную мишень	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/conspect/190547/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/conspect/190547/</a>
26.	Сложно координированные прыжковые упражнения	1		<a href="https://videouroki.net/razrabotki/vnieurochnaia-dieiatiel-nost-">https://videouroki.net/razrabotki/vnieurochnaia-dieiatiel-nost-</a>

				<a href="http://podvizhnyie-ighry.html">podvizhnyie-ighry.html</a>
27.	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1		<a href="https://multiurok.ru/files/podvizhnye-ighry-dlia-detei-1-klass.html">https://multiurok.ru/files/podvizhnye-ighry-dlia-detei-1-klass.html</a>
28.	Бег с поворотами и изменением направлений	1		<a href="https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/11/22/urok-dlya-2-klassa-uprazhneniya-s-myachami">https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2013/11/22/urok-dlya-2-klassa-uprazhneniya-s-myachami</a>
29.	Сложно координированные беговые упражнения	1		<a href="https://infourok.ru/urok-podvizhnie-igri-na-urokah-legkoy-atletiki-1846976.html">https://infourok.ru/urok-podvizhnie-igri-na-urokah-legkoy-atletiki-1846976.html</a>
30.	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1		<a href="https://infourok.ru/urok-podvizhnie-igri-na-urokah-legkoy-atletiki-1846976.html">https://infourok.ru/urok-podvizhnie-igri-na-urokah-legkoy-atletiki-1846976.html</a>
31.	Игры с приемами баскетбола	1		<a href="https://infourok.ru/podvizhnie-igri-dlya-klassa-1974246.html">https://infourok.ru/podvizhnie-igri-dlya-klassa-1974246.html</a>
32.	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1		<a href="https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-fizkultura-v-ritme-tanca-2-klass-5015764.html">https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-fizkultura-v-ritme-tanca-2-klass-5015764.html</a>
33.	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1		<a href="https://easyen.ru/load/fizkultura/uroki/konspekt_uroka_po_fizicheskoy_kulture_dlja_2_klassa_igra_zajcy_v_ogorode_begovy_e_hstafety/427-1-0-67981">https://easyen.ru/load/fizkultura/uroki/konspekt_uroka_po_fizicheskoy_kulture_dlja_2_klassa_igra_zajcy_v_ogorode_begovy_e_hstafety/427-1-0-67981</a>
34.	Прием «волна» в баскетболе	1		<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/02/05/instruktazh-po-tb-na-urokah-lyzhnoy-podgotovki">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2016/02/05/instruktazh-po-tb-na-urokah-lyzhnoy-podgotovki</a>
35.	Игры с приемами футбола: метко в цель	1		<a href="https://multiurok.ru/files/podvizhnye-ighry-na-lyzhakh.html">https://multiurok.ru/files/podvizhnye-ighry-na-lyzhakh.html</a>
36.	Гонка мячей и слалом с мячом	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/conspect/190984/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/conspect/190984/</a>
37.	Футбольный бильярд	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488/conspect/223954/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488/conspect/223954/</a>
38.	Бросок ногой	1		<a href="https://multiurok.ru/blog/podvizhnaia-igra-slushai-signal.html">https://multiurok.ru/blog/podvizhnaia-igra-slushai-signal.html</a>
39.	Подвижные игры на развитие равновесия	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/conspect/191095/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319/conspect/191095/</a>
40.	Подвижные игры на развитие равновесия	1		<a href="https://ktonazdorovogo.ru/podvizhnye-ighry-zimoi-na-lyzhax-dlya-detej.html">https://ktonazdorovogo.ru/podvizhnye-ighry-zimoi-na-lyzhax-dlya-detej.html</a>
41.	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1		<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/11/10/konspekt-po-fizicheskoy-kulture-lyzhnaya-podgotovka">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2015/11/10/konspekt-po-fizicheskoy-kulture-lyzhnaya-podgotovka</a>
42.	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/conspect/190984/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6167/conspect/190984/</a>
43.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/conspect/193537/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/conspect/193537/</a>
44.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4180/conspect/189460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4180/conspect/189460/</a>

45.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/191180/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/191180/</a>
46.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1		<a href="https://multiurok.ru/blog/zimniie-podvizhnyie-ighry-i-estafiety.html">https://multiurok.ru/blog/zimniie-podvizhnyie-ighry-i-estafiety.html</a>
47.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/conspect/190653/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/conspect/190653/</a>
48.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1		<a href="https://kash4sch.edumsko.ru/distant2/class-3v/fiziceskaa-kultura/post/688548">https://kash4sch.edumsko.ru/distant2/class-3v/fiziceskaa-kultura/post/688548</a>
49.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/191935/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/conspect/191935/</a>
50.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1		<a href="https://multiurok.ru/files/urok-fizicheskoi-kultury-po-teme-lovli-i-peredach.html">https://multiurok.ru/files/urok-fizicheskoi-kultury-po-teme-lovli-i-peredach.html</a>
51.	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		<a href="https://yandex.ru/images/search?text=Игра%20«Круговая%20лапта">https://yandex.ru/images/search?text=Игра%20«Круговая лапта</a>
52.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1		<a href="https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-fizkulture-basketbol-klass-tema-uroka-vedenie-myacha-pravoy-levoy-rukoy-s-izmeneniem-visoti-otskoka-myacha-n-2269372.html">https://infourok.ru/razrabotka-uroka-po-fizkulture-basketbol-klass-tema-uroka-vedenie-myacha-pravoy-levoy-rukoy-s-izmeneniem-visoti-otskoka-myacha-n-2269372.html</a>
53.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		<a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/04/04/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-vedenie-myacha">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2013/04/04/konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-vedenie-myacha</a>
54.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1		<a href="https://znanio.ru/media/konspekt_uroka_vedenie_myacha_praj_oj_levoj_rukoj_v_dvizhenii_po_pryamoj_2_klass-263325">https://znanio.ru/media/konspekt_uroka_vedenie_myacha_praj_oj_levoj_rukoj_v_dvizhenii_po_pryamoj_2_klass-263325</a>
55.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/conspect/190731/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/conspect/190731/</a>



	из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры			
56.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1		<a href="https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-obuchenie-tehnike-nizkogo-starta-2.html">https://multiurok.ru/files/plan-konspekt-obuchenie-tehnike-nizkogo-starta-2.html</a>
57.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		<a href="https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-beg-na-skorost-m-vstrechnaya-estafeta-igra-kot-i-mishi-2533678.html">https://infourok.ru/konspekt-uroka-na-temu-beg-na-skorost-m-vstrechnaya-estafeta-igra-kot-i-mishi-2533678.html</a>
58.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1		<a href="https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kultury-vo-2-klasse-tema-beg-30-metrov-na-rezultat-razdel-lyogkaya-atletika-5746946.html">https://infourok.ru/urok-fizicheskoy-kultury-vo-2-klasse-tema-beg-30-metrov-na-rezultat-razdel-lyogkaya-atletika-5746946.html</a>
59.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		<a href="https://multiurok.ru/files/2-klass-podgotovka-k-gto.html">https://multiurok.ru/files/2-klass-podgotovka-k-gto.html</a> <a href="https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen">https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura/2018/02/06/normativy-gto-i-stupen</a> нормы ГТО 1-2 ступень
60.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1		<a href="https://infourok.ru/vipolnenie-normativa-vfsk-gto-naklon-vpered-iz-polozheniya-stoya-s-pryamimi-nogami-tehnika-vipolneniya-sudeystvo-etapa-sposobi-r-3781336.html">https://infourok.ru/vipolnenie-normativa-vfsk-gto-naklon-vpered-iz-polozheniya-stoya-s-pryamimi-nogami-tehnika-vipolneniya-sudeystvo-etapa-sposobi-r-3781336.html</a>
61.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		<a href="https://infourok.ru/user/novohatskaya-marina-sergeevna/blog/pravila-vypolneniya-normativa-gto-podtyagivanie-iz-visa-lezha-na-nizkoj-perekladine-164647.html">https://infourok.ru/user/novohatskaya-marina-sergeevna/blog/pravila-vypolneniya-normativa-gto-podtyagivanie-iz-visa-lezha-na-nizkoj-perekladine-164647.html</a>
62.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1		<a href="https://multiurok.ru/index.php/files/urok-14-kontrol-noe-uprazhnenie-otzhimanie-sgibani.html">https://multiurok.ru/index.php/files/urok-14-kontrol-noe-uprazhnenie-otzhimanie-sgibani.html</a>
63.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		<a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/chelnochnyi_beg_3kh10_vo_2_m_klasse">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/chelnochnyi_beg_3kh10_vo_2_m_klasse</a>
64.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1		<a href="https://videouroki.net/razrabotki/konspekt-uroka-po-fizkulture-legkaya-atletika-beg-c-uskoreniem-beg-na-30-60-m.html">https://videouroki.net/razrabotki/konspekt-uroka-po-fizkulture-legkaya-atletika-beg-c-uskoreniem-beg-na-30-60-m.html</a>
65.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 25м. Подвижные игры	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/conspect/190758/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/conspect/190758/</a>
66.	Освоение правил и техники выполнения норматива	1		<a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok-fizkul-tury-po-tiemie-">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/urok-fizkul-tury-po-tiemie-</a>



---