

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Администрация г. Шахты Ростовской области**

**МБОУ ООШ №28 г. Шахты**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО  
начальных классов

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора по УВ

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

---

Яковлева Е.В.

Протокол №1  
от «30»08 2024г.

---

Суханова Н.Б.

Протокол №1  
От «30»08.2024г.

---

Цапенко Д.В.

Приказ №79  
От «30» 08.2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 5505082)

**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 3 класса

**ШАХТЫ 2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

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

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное

вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за 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.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

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

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава.

Образовательные организации могут разрабатывать 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.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет в 3 классе- 102 часа(3часа в неделю)

**Модуль - 3 час физкультуры доработан программой по ритмике и уроки проводятся в течении всего учебного года.**

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 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 поочерёдно 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.

#### 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.

# **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

## **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание 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**

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные

универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия:**

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы 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 закалывающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

**Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- 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 универсальные учебные действия:**

- 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.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **3 КЛАСС**

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и 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 противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной 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;

- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и 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.

### 3 КЛАСС ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физической культуре	2			
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Виды физических упражнений, используемых на уроках	1			
2.2	Измерение пульса на уроках физической культуры	1			
2.3	Физическая нагрузка	2			
Итого по разделу		4			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Закаливание организма	1			
1.2	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			
Итого по разделу		2			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	24			
2.2	Легкая атлетика	10			
2.3	Легкая атлетика	12			

2.4	Подвижные игры	11			
2.5	Подвижные и спортивные игры	11			
Итого по разделу		66			
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28			
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0	

### 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	0	02.09. 2024	
2	История появления современного спорта	1	0	0	03.09. 2024	
3	Виды физических упражнений	1	0	0	05.09. 2024	
4	Измерение пульса на занятиях физической культурой	1	0	0	09.09. 2024	
5	Дозировка физических нагрузок	1	0	0	10.09.2024.	
6	Составление индивидуального графика занятий по развитию физических качеств	1	0	0	12.09. 2024	
7	Закаливание организма .	1	0	0	16.09. 2024	
8	Дыхательная и зрительная гимнастика	1	0	0	17.09. 2024	
9	Строевые команды и упражнения	1	0	0	19.09. 2024	
10	Строевые команды и упражнения	1	0	0	23.09. 2024	
11	Лазанье по канату	1	0	0	24.09. 2024	
12	Лазанье по канату	1	0	0	26.09.2024.	
13	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	0	30.09. 2024	
14	Передвижения по гимнастической скамейке	1	0	0	01.10. 2024	

15	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	0	03.10. 2024	
16	Передвижения по гимнастической стенке	1	0	0	07.10. 2024	
17	Прыжки через скакалку	1	0	0	08.10. 2024	
18	Прыжки через скакалку	1	0	0	10.10. 2024	
19	Ритмическая гимнастика	1	0	0	14.10. 2024	
20	Ритмическая гимнастика	1	0	0	15.10. 2024	
21	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	0	17.10.2024.	
22	Танцевальные упражнения из танца галоп	1	0	0	21.10. 2024	
23	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	0	22.10. 2024	
24	Танцевальные упражнения из танца полька	1	0	0	24.10. 2024	
25	Прыжок в длину с разбега	1	0	0	07.11. 2024	
26	Прыжок в длину с разбега	1	0	0	11.11. 2024	
27	Броски набивного мяча	1	0	0	12.11. 2024	
28	Броски набивного мяча	1	0	0	14.11. 2024	
29	Челночный бег	1	0	0	18.11. 2024	
30	Челночный бег	1	0	0	19.11. 2024	
31	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	0	21.11. 2024	
32	Бег с ускорением на короткую дистанцию	1	0	0	25.11. 2024	
33	Беговые упражнения с	1	0	0	26.11. 2024	

	координационной сложностью					
34	Беговые упражнения с координационной сложностью	1	0	0	28.11. 2024	
35	Передвижение на лыжах одновременным двухшажным ходом	1	0	0	02.12. 2024	
36	Гимнастические упражнения	1	0	0	03.12. 2024	
37	Гимнастические упражнения	1	0	0	05.12. 2024	
38	Гимнастические упражнения	1	0	0	09.12. 2024	
39	Гимнастические упражнения	1	0	0	10.12. 2024	
40	Гимнастические упражнени	1	0	0	12.12. 2024	
41	Я- герой сказки. Любимый персонаж сказки ( имитация под музыку)	1	0	0	16.12. 2024	
42	Упражнения на развитие координации движений.	1	0	0	17.12. 2024	
43	Основные позиции рук,ног. Общеразвивающие упражнения.	1	0	0	19.12. 2024	
44	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1	0	0	23.12. 2024	
45	Ритмико- гимнастические упражнения	1	0	0	24.12. 2024	
46	Упражнения нас улучшения гибкости.	1	0	0	26.12. 2024	
47	Музыкальный этюд «Листья»	1	0	0	28.12. 2024	
48	Общеразвивающие упражнения. Основные позиции рук и ног.	1	0	0	09.01.2025	
49	Основные движения танца «Полька». Разучивание	1	0	0	13.01. 2025	
50	Движения на развитие координации. Бег и подскоки.	1	0	0	14.01. 2025	
51	Основные движения танца «Полька».	1	0	0	16.01. 2025	

	Разучивание движений.					
52	Движения по линии танца.	1	0	0	20.01. 2025	
53	Индивидуальные задания.	1	0	0	21.01. 2025	
54	Основные движения танца «Полька».	1	0	0	23.01. 2025	
55	Игровые занятия.	1	0	0	27.01. 2025	
56	Музыкальный этюд «Цыплята»	1	0	0	28.01. 2025	
57	Танец «Диско».Элементы танца.	1	0	0	30.01. 2025	
58	Позиции в паре. Основные правила.	1	0	0	03.02. 2025	
59	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	0	04.02.2025.	
60	Подвижные игры с элементами спортивных игр: парашютисты, стрелки	1	0	0	06.02. 2025	
61	Спортивная игра баскетбол	1	0	0	10.02. 2025	
62	Спортивная игра баскетбол	1	0	0	11.02. 2025	
63	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	0	13.02. 2025	
64	Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	1	0	0	17.02. 2025	
65	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	0	18.02. 2025	
66	Подвижные игры с приемами баскетбола	1	0	0	20.02. 2025	
67	Спортивная игра волейбол	1	0	0	24.02. 2025	
68	Спортивная игра волейбол	1	0	0	25.02. 2025	
69	Прямая нижняя подача, приём и	1	0	0	27.02. 2025	



	передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении					
70	Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	1	0	0	03.03. 2025	
71	Спортивная игра футбол	1	0	0	04.03. 2025	
72	Спортивная игра футбол	1	0	0	06.03. 2025	
73	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	0	10.03. 2025	
74	Подвижные игры с приемами футбола	1	0	0	11.03. 2025	
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	1	0	0	13.03. 2025	
76	Правила ТБ на уроках. Сохранение и укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	0	17.03.2025.	
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	18.03. 2025	
78	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	0	20.03. 2025	
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	01.04. 2025	
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1	0	0	03.04. 2025	
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие	1	0	0	07.04. 2025	

	упражнения					
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1	0	0	08.04. 2025	
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1 км. Эстафеты	1	0	0	10.04. 2025	
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег 1 км. Эстафеты	1	0	0	14.042025.	
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	0	0	15.04. 2025	
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	0	0	17.04. 2025	
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	0	21.04. 2025	
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1	0	0	22.04. 2025	

	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	0	0	24.04. 2025	
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	0	28.04. 2025	
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	29.04. 2025	
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	0	05.05. 2025	
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	0	06.05. 2025	
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные	1	0	0	12.05. 2025	

	игры					
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	13.05. 2025	
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча, и метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1	0	0	15.05. 2025	
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	19.05. 2025	
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	0	20.05. 2025	
99	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.. Подвижные игры	1	0	0	22.05. 2025	
100	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры	1	0	0	26.05. 2025	
101	Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	1	0	0		
102	Соревнования «А ты сдал нормы	1	0	0		

	ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА  
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**







