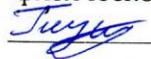


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вешкаймский лицей имени Б.П.Зиновьева при УлГТУ

РАССМОТРЕНО  
на заседании ШМО учителей  
физической культуры  
 /Глушак В.П./

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
 /Патяева С.А./

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ Вешкаймского  
лицея имени Б.П.Зиновьева при  
УлГТУ

Протокол №1  
от « 28 » августа 2023 г.

« 29 » августа 2023 г.



/Орлова А.Ю./

Приказ № 273 от 29.08.2023 г.

### Рабочая программа

для обучающейся по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, вариант 7.2  
(обучаются в классе)

Наименование учебного предмета: Физическая культура

Класс: 2 А

Уровень общего образования: начальная школа

Учитель: Дронина Галина Александровна

Срок реализации программы, учебный год: 2023-2024 учебный год

Количество часов по учебному плану: всего 102 часа в год; в неделю 3 часа

Рабочая программа составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «19» декабря 2014 г. №1598;
2. Федеральной адаптированной образовательной программы начального общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённой приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022г. №1023
3. Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с задержкой психического развития, вариант 7.2 МБОУ Вешкаймского лицея имени Б.П.Зиновьева при УлГТУ, утверждённой приказом от 29.08.2023г. № 272;

Учебник: «Физическая культура» В.И.Лях. Москва.: Просвещение, 2020 г.

Рабочую программу составил (а)  Дронина Г.А.  
подпись /расшифровка подписи

## 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Реализация АООП НОО (вариант 7.2) предполагает, что обучающиеся с ЗПР получают образование сопоставимое по итоговым достижениям к моменту завершения школьного обучения с образованием сверстников без ограничений здоровья, но в более пролонгированные календарные сроки, которые определяются Стандартом.

Освоение АООП НОО (вариант 7.2) обеспечивает достижение обучающимися с ЗПР трех видов результатов: **личностных, метапредметных и предметных.**

**Личностные результаты** освоения АООП НОО обучающимися с ЗПР включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции, социально значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с ЗПР в культуру, овладение ими социо-культурным опытом.

### **Личностные результаты**

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР *личностные результаты* освоения АООП НОО должны отражать:

- осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

- владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
- способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты освоения АООП НОО включают освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться) и межпредметными знаниями, а также способность решать учебные и жизненные задачи и готовность к овладению в дальнейшем АООП основного общего образования.

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР *метапредметные результаты* освоения АООП НОО должны отражать:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям на уровне, соответствующем индивидуальным возможностям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием учебного предмета физическая культура

- овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими доступные существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Предметные результаты**

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР предметные результаты должны отражать:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности.
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций ;

выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

В результате обучения обучающиеся с ЗПР на ступени начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

### **Знания о физической культуре**

#### **Учащиеся с ЗПР научатся:**

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка» : характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;
- характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими

упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

### **Способы физической деятельности**

#### **Учащиеся с ЗПР научатся:**

- отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

### **Физическое совершенствование**

#### **Учащиеся с ЗПР научатся:**

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическая стенка, гимнастическое бревно, гимнастическая скамейка, гимнастический мат);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности;
- выполнять передвижения на лыжах, подъёмы и спуски на лыжах, игры и эстафеты на лыжах;
- выполнять тестовые нормативы по физической культуре;

### **2.Содержание учебного предмета, курса**

#### ***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.

### 3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

#### 2 КЛАСС

№ 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	3	0	3	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1	Физическое развитие и его измерение	9	0	9	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

Итого по разделу		9			
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1.Оздоровительная физическая культура</b>					
1.1	Занятия по укреплению здоровья	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.2	Индивидуальные комплексы утренней зарядки	2	0	2	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		3			
<b>Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	14	1	13	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Лыжная подготовка	12	2	10	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.3	Легкая атлетика	14	2	12	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.4	Подвижные игры	19	1	18	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		59			
<b>Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	28	3	25	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
Итого по разделу		28			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	9	93	

**2 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые
		Всего	Контрол	Практич		

			ьные работы	еские работы		образовательные ресурсы
1	История подвижных игр и соревнований у древних народов	1	0	1	01.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2	Зарождение Олимпийских игр	1	0	1	05.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
3	Современные Олимпийские игры	1	0	1	07.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
4	Физическое развитие	1	0	1	08.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
5	Физические качества	1	0	1	12.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
6	Сила как физическое качество	1	0	1	14.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
7	Быстрота как физическое качество	1	0	1	15.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
8	Выносливость как физическое качество	1	0	1	19.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
9	Гибкость как физическое качество	1	0	1	21.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
10	Развитие координации движений	1	0	1	22.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
11	Развитие координации движений	1	0	1	26.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
12	Дневник наблюдений по физической культуре	1	0	1	28.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
13	Закаливание организма	1	0	1	29.09.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
14	Утренняя зарядка	1	0	1	03.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
15	Составление комплекса утренней зарядки	1	0	1	05.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
16	Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	0	1	06.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
17	Строевые упражнения и команды	1	0	1	17.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
18	Строевые упражнения и команды	1	0	1	19.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
19	Прыжковые упражнения	1	0	1	20.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
20	Прыжковые упражнения	1	0	1	24.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
21	Гимнастическая разминка	1	1	0	26.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

22	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	27.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
23	Ходьба на гимнастической скамейке	1	0	1	31.10.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
24	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	1	02.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
25	Упражнения с гимнастической скакалкой	1	0	1	03.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
26	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	1	07.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
27	Упражнения с гимнастическим мячом	1	0	1	09.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
28	Танцевальные гимнастические движения	1	0	1	10.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
29	Танцевальные гимнастические движения	1	0	1	14.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
30	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	1	0	1	16.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
31	Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	1	0	1	17.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
32	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1	28.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
33	Спуск с горы в основной стойке	1	0	1	30.11.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
34	Подъем лесенкой	1	0	1	01.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
35	Подъем лесенкой	1	0	1	05.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
36	Спуски и подъёмы на лыжах	1	0	1	07.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
37	Спуски и подъёмы на лыжах	1	1	0	08.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
38	Торможение лыжными палками	1	0	1	12.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
39	Торможение лыжными палками	1	0	1	14.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
40	Торможение падением на бок	1	0	1	15.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
41	Торможение падением на бок	1	1	0	19.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
42	Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1	21.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
43	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1	22.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

44	Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1	26.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
45	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	0	1	28.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
46	Сложно координированные прыжковые упражнения	1	1	0	29.12.2023	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
47	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	09.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
48	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	0	1	11.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
49	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	12.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
50	Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	1	0	1	16.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
51	Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук	1	0	1	18.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
52	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	1	19.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
53	Бег с поворотами и изменением направлений	1	0	1	23.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
54	Сложно координированные беговые упражнения	1	0	1	25.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
55	Сложно координированные беговые упражнения	1	1	0	26.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
56	Подвижные игры с приемами спортивных игр	1	0	1	30.01.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
57	Игры с приемами баскетбола	1	0	1	01.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
58	Игры с приемами баскетбола	1	0	1	02.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
59	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1	06.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

60	Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу	1	0	1	08.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
61	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	09.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
62	Бросок мяча в колонне и неудобный бросок	1	0	1	13.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
63	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	15.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
64	Прием «волна» в баскетболе	1	0	1	16.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
65	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	27.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
66	Игры с приемами футбола: метко в цель	1	0	1	29.02.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
67	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	01.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
68	Гонка мячей и слалом с мячом	1	0	1	05.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
69	Футбольный бильярд	1	0	1	07.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
70	Футбольный бильярд	1	0	1	12.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
71	Бросок ногой	1	0	1	14.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
72	Бросок ногой	1	0	1	15.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
73	Подвижные игры на развитие равновесия	1	0	1	19.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
74	Подвижные игры на развитие равновесия	1	1	0	21.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
75	Правила выполнения спортивных нормативов 2 ступени	1	0	1	22.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
76	Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1	0	1	26.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
77	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1	0	1	28.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
78	Освоение правил и техники выполнения	1	0	1	29.03.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

	норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты					
79	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	1	02.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
80	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение	1	0	1	04.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
81	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	1	05.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
82	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Смешанное передвижение по пересеченной местности. Подвижные игры	1	0	1	16.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
83	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	18.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
84	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	0	1	19.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
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	1	23.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
86	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой	1	0	1	25.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

	перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					
87	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	1	0	26.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
88	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1	0	1	30.04.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
89	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	02.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
90	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1	0	1	03.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
91	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	0	1	07.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
92	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1	1	0	10.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
93	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание	1	0	1	14.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

	туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
94	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1	0	1	16.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
95	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	0	1	17.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
96	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание теннисного мяча в цель. Подвижные игры	1	1	0	21.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
97	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1	23.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
98	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1	0	1	24.05.2024	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
99	Резерв	1				
100	Резерв	1				
101	Резерв	1				
102	Резерв	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	9	89		