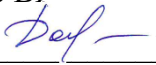
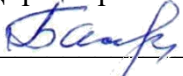


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры
Управление образования администрации города Югорска
МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 5"

РАССМОТРЕНО Методическое объединение Протокол № 5 от 29.08.2023	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  Донцул Ю.С.	УТВЕРЖДЕНО Директор  Балueva Л.Н. Приказ № 208 от 30.08.2023
--	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1679072)

учебного предмета «Физическая культура»
для обучающихся 5-9 классов

Югорск, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на

всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 340 часов: в 5 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 6 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура на уровне основного общего образования: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре, организация спортивной работы в общеобразовательной организации.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности.

Режим дня и его значение для обучающихся, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня, определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении.

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях, подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви, предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий, закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов, развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика».

Кувырки вперёд и назад в группировке, кувырки вперёд ноги «скрестно», кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики), опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания, подпрыгивания толчком двумя ногами, передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком, лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта, бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги», прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень, метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом, повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции, подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке, преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении, ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой», бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча, приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении, ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега, остановка катящегося мяча способом «наступления», ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой», обводка мячом ориентиров (конусов).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

6 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире, роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. История организации и проведения первых Олимпийских игр современности, первые олимпийские чемпионы.

Способы самостоятельной деятельности.

Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья, физическая подготовленность как результат физической подготовки.

Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовленности. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов.

Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.

Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений, упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за компьютером, упражнения для физкультпауз, направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.

Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно-координированных упражнений ритмической гимнастики, разнообразных движений руками и ногами с разной амплитудой и траекторией, танцевальными движениями из ранее разученных танцев (девочки).

Опорные прыжки через гимнастического козла с разбега способом «согнув ноги» (мальчики) и способом «ноги врозь» (девочки).

Гимнастические комбинации на низком гимнастическом бревне с использованием стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений, передвижений шагом и лёгким бегом, поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статических поз (девочки).

Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упор ноги врозь, перемах вперёд и обратно (мальчики).

Лазанье по канату в три приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением, спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции, ранее разученные беговые упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту, напрыгивание и спрыгивание.

Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке, ранее разученные упражнения лыжной подготовки, передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста, прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу, остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в остановке и передаче мяча, его ведении и обводке.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

7 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России, характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности.

Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки, понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки, дыхательной и ритмичной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки, акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения, прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта».

Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона, переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола, бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника, передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

8 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием, торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно, ранее разученные упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание».

Старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди, старт из воды толчком от стенки бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплывание учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками, передача мяча одной рукой от плеча и снизу, бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар, индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол, технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

9 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Способы самостоятельной деятельности.

Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой. Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма. Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши). Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции, прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги», прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность.

Модуль «Зимние виды спорта».

Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, способы перехода с одного лыжного хода на другой.

Модуль «Плавание».

Брасс: подводящие упражнения и плавание в полной координации. Повороты при плавании брассом.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника, приёмы и передачи на месте и в движении, удары и блокировка.

Футбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи, остановки и удары по мячу с места и в движении.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

Программа вариативного модуля «Базовая физическая подготовка».

Развитие силовых способностей.

Комплексы общеразвивающих и локально воздействующих упражнений, отягощённых весом собственного тела и с использованием дополнительных средств (гантелей, эспандера, набивных мячей, штанги и другого инвентаря). Комплексы упражнений на тренажёрных устройствах. Упражнения на гимнастических снарядах (брусьях, перекладинах, гимнастической стенке и других снарядах). Броски набивного мяча двумя и одной рукой из положений стоя и сидя (вверх, вперёд, назад, в стороны, снизу и сбоку, от груди, из-за головы). Прыжковые упражнения с дополнительным отягощением (напрыгивание и спрыгивание, прыжки через скакалку, многоскоки, прыжки через препятствия и другие упражнения). Бег с дополнительным отягощением (в горку и с горки, на короткие дистанции, эстафеты). Передвижения в висе и упоре на руках. Лазанье (по канату, по гимнастической стенке с дополнительным отягощением). Переноска неподъемных тяжестей (мальчики – сверстников способом на спине). Подвижные игры с силовой направленностью (импровизированный баскетбол с набивным мячом и другие игры).

Развитие скоростных способностей.

Бег на месте в максимальном темпе (в упоре о гимнастическую стенку и без упора). Челночный бег. Бег по разметкам с максимальным темпом. Повторный бег с максимальной скоростью и максимальной частотой шагов (10–15 м). Бег с ускорениями из разных исходных положений. Бег с максимальной скоростью и собиранием малых предметов, лежащих на полу и на разной высоте. Стартовые ускорения по дифференцированному сигналу. Метание малых мячей по движущимся мишеням (катящейся, раскачивающейся, летящей). Ловля теннисного мяча после отскока от пола, стены (правой и левой рукой). Передача теннисного мяча в парах правой (левой) рукой и попеременно. Ведение теннисного мяча ногами с ускорениями по прямой, по кругу, вокруг стоек. Прыжки через скакалку на месте и в движении с максимальной частотой прыжков. Преодоление полосы препятствий, включающей в себя: прыжки на разную высоту и длину, по разметкам, бег с максимальной скоростью в разных направлениях и с преодолением опор различной высоты и ширины, повороты, обегание различных предметов (легкоатлетических стоек, мячей, лежащих на полу или подвешенных на высоте). Эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью. Технические действия из базовых видов спорта, выполняемые с максимальной скоростью движений.

Развитие выносливости.

Равномерный бег и передвижение на лыжах в режимах умеренной и большой интенсивности. Повторный бег и передвижение на лыжах в режимах максимальной и субмаксимальной интенсивности. Кроссовый бег и марш-бросок на лыжах.

Развитие координации движений.

Жонглирование большими (волейбольными) и малыми (теннисными) мячами. Жонглирование гимнастической палкой. Жонглирование волейбольным мячом головой. Метание малых и больших мячей в мишень (неподвижную и двигающуюся). Передвижения по возвышенной и наклонной, ограниченной по ширине опоре (без предмета и с предметом на

голове). Упражнения в статическом равновесии. Упражнения в воспроизведении пространственной точности движений руками, ногами, туловищем. Упражнение на точность дифференцирования мышечных усилий. Подвижные и спортивные игры.

Развитие гибкости.

Комплексы общеразвивающих упражнений (активных и пассивных), выполняемых с большой амплитудой движений. Упражнения на растяжение и расслабление мышц. Специальные упражнения для развития подвижности суставов (полушпагат, шпагат, выкруты гимнастической палки).

Упражнения культурно-этнической направленности.

Сюжетно-образные и обрядовые игры. Технические действия национальных видов спорта.

Специальная физическая подготовка.

Модуль «Гимнастика».

Развитие гибкости. Наклоны туловища вперёд, назад, в стороны с возрастающей амплитудой движений в положении стоя, сидя, сидя ноги в стороны. Упражнения с гимнастической палкой (укороченной скакалкой) для развития подвижности плечевого сустава (выкруты). Комплексы общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных и коленных суставов, для развития подвижности позвоночного столба. Комплексы активных и пассивных упражнений с большой амплитудой движений. Упражнения для развития подвижности суставов (полушпагат, шпагат, складка, мост).

Развитие координации движений. Прохождение усложнённой полосы препятствий, включающей быстрые кувырки (вперёд, назад), кувырки по наклонной плоскости, преодоление препятствий прыжком с опорой на руку, безопорным прыжком, быстрым лазаньем. Броски теннисного мяча правой и левой рукой в подвижную и неподвижную мишень, с места и с разбега. Касание правой и левой ногой мишеней, подвешенных на разной высоте, с места и с разбега. Разнообразные прыжки через гимнастическую скакалку на месте и с продвижением. Прыжки на точность отталкивания и приземления.

Развитие силовых способностей. Подтягивание в висе и отжимание в упоре. Передвижения в висе и упоре на руках на перекладине (мальчики), подтягивание в висе стоя (лёжа) на низкой перекладине (девочки), отжимания в упоре лёжа с изменяющейся высотой опоры для рук и ног, отжимание в упоре на низких брусьях, поднимание ног в висе на гимнастической стенке до посильной высоты, из положения лёжа на гимнастическом козле (ноги зафиксированы) сгибание туловища с различной амплитудой движений (на животе и на спине), комплексы упражнений с гантелями с индивидуально подобранной массой (движения руками, повороты на месте, наклоны, подскоки со взмахом рук), метание набивного мяча из различных исходных положений, комплексы упражнений избирательного воздействия на отдельные мышечные группы (с увеличивающимся темпом движений без потери качества выполнения), элементы атлетической гимнастики (по типу «подкачки»), приседания на одной ноге «пистолетом» с опорой на руку для сохранения равновесия).

Развитие выносливости. Упражнения с неопредельными отягощениями, выполняемые в режиме умеренной интенсивности в сочетании с напряжением мышц и фиксацией положений тела. Повторное выполнение гимнастических упражнений с уменьшающимся интервалом отдыха (по типу «круговой тренировки»). Комплексы упражнений с отягощением, выполняемые в режиме непрерывного и интервального методов.

Модуль «Лёгкая атлетика».

Развитие выносливости. Бег с максимальной скоростью в режиме повторно-интервального метода. Бег по пересеченной местности (кроссовый бег). Гладкий бег с равномерной скоростью в разных зонах интенсивности. Повторный бег с препятствиями в максимальном темпе. Равномерный повторный бег с финальным ускорением (на разные дистанции). Равномерный бег с дополнительным отягощением в режиме «до отказа».

Развитие силовых способностей. Специальные прыжковые упражнения с дополнительным отягощением. Прыжки вверх с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в полуприседе (на месте, с продвижением в разные стороны). Запрыгивание с последующим спрыгиванием. Прыжки в глубину по методу ударной тренировки. Прыжки в высоту с продвижением и изменением

направлений, поворотами вправо и влево, на правой, левой ноге и поочерёдно. Бег с препятствиями. Бег в горку, с дополнительным отягощением и без него. Комплексы упражнений с набивными мячами. Упражнения с локальным отягощением на мышечные группы. Комплексы силовых упражнений по методу круговой тренировки.

Развитие скоростных способностей. Бег на месте с максимальной скоростью и темпом с опорой на руки и без опоры. Максимальный бег в горку и с горки. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью (по прямой, на повороте и со старта). Бег с максимальной скоростью «с ходу». Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Ускорение, переходящее в многоскоки, и многоскоки, переходящие в бег с ускорением. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Развитие координации движений. Специализированные комплексы упражнений на развитие координации (разрабатываются на основе учебного материала модулей «Гимнастика» и «Спортивные игры»).

Модуль «Зимние виды спорта».

Развитие выносливости. Передвижения на лыжах с равномерной скоростью в режимах умеренной, большой и субмаксимальной интенсивности, с соревновательной скоростью.

Развитие силовых способностей. Передвижение на лыжах по отлогому склону с дополнительным отягощением. Скоростной подъём ступающим и скользящим шагом, бегом, «лесенкой», «ёлочкой». Упражнения в «транспортировке».

Развитие координации. Упражнения в поворотах и спусках на лыжах, проезд через «ворота» и преодоление небольших трамплинов.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол.

1) Развитие скоростных способностей. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий (например, прыжки вверх, назад, вправо, влево, приседания). Ускорения с изменением направления движения. Бег с максимальной частотой (темпом) шагов с опорой на руки и без опоры. Выпрыгивание вверх с доставанием ориентиров левой (правой) рукой. Челночный бег (чередование прохождения заданных отрезков дистанции лицом и спиной вперёд). Бег с максимальной скоростью с предварительным выполнением многоскоков. Передвижения с ускорениями и максимальной скоростью приставными шагами левым и правым боком. Ведение баскетбольного мяча с ускорением и максимальной скоростью. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с места и с разбега. Прыжки с поворотами на точность приземления. Передача мяча двумя руками от груди в максимальном темпе при встречном беге в колоннах. Кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком на 3–5 м. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

2) Развитие силовых способностей. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Ходьба и прыжки в глубоком приседе. Прыжки на одной ноге и обеих ногах с продвижением вперед, по кругу, «змейкой», на месте с поворотом на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе на месте и с передвижением (с дополнительным отягощением и без него). Напрыгивание и спрыгивание с последующим ускорением. Многоскоки с последующим ускорением и ускорения с последующим выполнением многоскоков. Броски набивного мяча из различных исходных положений, с различной траекторией полёта одной рукой и обеими руками, стоя, сидя, в полуприседе.

3) Развитие выносливости. Повторный бег с максимальной скоростью с уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег по методу непрерывно-интервального упражнения. Гладкий бег в режиме большой и умеренной интенсивности. Игра в баскетбол с увеличивающимся объёмом времени игры.

4) Развитие координации движений. Броски баскетбольного мяча по неподвижной и подвижной мишени. Акробатические упражнения (двойные и тройные кувырки вперёд и назад). Бег с «тенью» (повторение движений партнёра). Бег по гимнастической скамейке, по гимнастическому бревну разной высоты. Прыжки по разметкам с изменяющейся амплитудой движений. Броски малого мяча в стену одной (обеими) руками с последующей его ловлей (обеими

руками и одной рукой) после отскока от стены (от пола). Ведение мяча с изменяющейся по команде скоростью и направлением передвижения.

Футбол.

Развитие скоростных способностей. Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорениями, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Развитие силовых способностей. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоскоки через препятствия. Спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину и в высоту. Прыжки на обеих ногах с дополнительным отягощением (вперёд, назад, в приседе, с продвижением вперёд).

Развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег в режиме непрерывно-интервального метода. Передвижение на лыжах в режиме большой и умеренной интенсивности.

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

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия**:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения **в 5 классе** обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);

выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики), в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);

передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;

выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;

демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;

передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов – имитация передвижения);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега).

К концу обучения **в 6 классе** обучающийся научится:

характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьера де Кубертена в их историческом возрождении, обсуждать историю возникновения девиза, символики и ритуалов Олимпийских игр;

измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;

контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической подготовкой;

готовить места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;

отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;

составлять и выполнять акробатические комбинации из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять лазанье по канату в три приёма (мальчики), составлять и выполнять комбинацию на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений (девочки);

выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости;

выполнять прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация передвижения);

тренироваться в упражнениях общefизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча, броски мяча двумя руками снизу и от груди с места, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях, удар по катящемуся мячу с разбега, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 7 классе** обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;

выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции,

наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация перехода);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 8 классе** обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока, наблюдать их выполнение другими обучающимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход, преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов – имитация передвижения);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;

выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 9 классе** обучающийся научится:

отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура»;

её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации;

использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа;

измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания», использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;

определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;

составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);

составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши);

составлять и выполнять композицию упражнений черлидинга с построением пирамид, элементами степ-аэробики и акробатики (девушки);

составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);

совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

совершенствовать технику передвижения лыжными ходами в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять повороты кувырком, мятником;

выполнять технические элементы брассом в согласовании с дыханием;

совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольн ые работы	Практичес кие работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно- оздоровительная деятельность	3			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	10			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	9			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	12			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		61			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно- оздоровительная деятельность	3			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	10			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	9			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.4	Спортивные игры.	8			https://resh.edu.ru/

	Баскетбол (модуль "Спортивные игры")				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	12			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		61			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно- оздоровительная деятельность	3			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	10			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	9			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.4	Спортивные игры.	8			https://resh.edu.ru/

	Баскетбол (модуль "Спортивные игры")				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	12			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		61			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно- оздоровительная деятельность	7			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		7			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	8			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	9			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.4	Плавание (модуль "Плавание")	-			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	7			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	7			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	15			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		58			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	2			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно- оздоровительная деятельность	7			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		7			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	8			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	7			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.4	Плавание (модуль "Плавание")	-			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	9			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	9			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	13			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
Итого по разделу		58			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 «А» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения утренней зарядки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10.	Оздоровительные	1				https://resh.edu.ru/

	мероприятия в режиме учебной деятельности				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11.	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12.	Упражнения на развитие гибкости	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13.	Упражнения на развитие координации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14.	Упражнения на формирование телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15.	Кувырок вперёд и назад в группировке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16.	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17.	Кувырок назад из стойки на лопатках	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18.	Опорные прыжки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19.	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20.	Упражнения на гимнастической лестнице	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21.	Упражнения на гимнастической скамейке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22.	Бег на длинные	1			https://resh.edu.ru/

	дистанции				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23.	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24.	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25.	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28.	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29.	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30.	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31.	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32.	Повороты на лыжах способом переступания	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33.	Повороты на лыжах способом переступания	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

34.	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35.	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36.	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37.	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38.	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39.	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40.	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41.	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42.	Техника передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43.	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44.	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

45.	Ведение мяча в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46.	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47.	Технические действия с мячом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48.	Прямая нижняя подача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49.	Приём и передача мяча снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50.	Приём и передача мяча снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51.	Технические действия с мячом.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52.	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53.	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54.	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55.	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56.	Обводка мячом	1			https://resh.edu.ru/

	ориентиров					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57.	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63.	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	0	
--	----	---	---	--

5 «Б» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения	1				https://resh.edu.ru/

	утренней зарядки					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Упражнения на развитие гибкости	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Упражнения на развитие координации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на формирование телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Кувырок вперед и назад в группировке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Кувырок вперед ноги «скрестно»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Опорные прыжки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
19	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения на	1				https://resh.edu.ru/

	гимнастической лестнице				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения на гимнастической скамейке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
24	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
25	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
26	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Техника ловли	1				https://resh.edu.ru/

	мяча					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Техника передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ведение мяча в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Технические действия с мячом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Прямая нижняя подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Технические	1				https://resh.edu.ru/

	действия с мячом.					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Обводка мячом ориентиров	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	низкой перекладине 90см. Эстафеты					
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	весом 150г. Подвижные игры					
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

5 «В» КЛАСС
Харченко Э.Э

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения утренней зарядки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Оздоровительные мероприятия в	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	режиме учебной деятельности				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Упражнения на развитие гибкости	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Упражнения на развитие координации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на формирование телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Опорные прыжки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения на гимнастической лестнице	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения на гимнастической скамейке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

32	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
41	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
42	Техника передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
43	Ведение мяча	1				https://resh.edu.ru/

	стоя на месте				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Ведение мяча стоя на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ведение мяча в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Технические действия с мячом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Прямая нижняя подача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Приём и передача мяча снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Приём и передача мяча снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Технические действия с мячом.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Ведение	1			https://resh.edu.ru/

	футбольного мяча «по кругу»					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Обводка мячом ориентиров	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и	1				https://resh.edu.ru/

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Подвижные игры					
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

5 «Г» КЛАСС

Попов А.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения утренней зарядки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	деятельности				
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Упражнения на развитие гибкости	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Упражнения на развитие координации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на формирование телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Опорные прыжки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения на гимнастической лестнице	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения на гимнастической скамейке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные	1			https://resh.edu.ru/

	дистанции				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Повороты на лыжах способом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	переступания				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Повороты на лыжах способом переступания	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Спуск на лыжах с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Техника ловли мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Техника ловли мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Техника передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Ведение мяча стоя	1			https://resh.edu.ru/

	на месте					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ведение мяча в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Технические действия с мячом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
48	Прямая нижняя подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
49	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Технические действия с мячом.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

55	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Обводка мячом ориентиров	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчишки. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

5 «Д» КЛАСС
Попов А.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения утренней зарядки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Оздоровительные мероприятия в	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	режиме учебной деятельности				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Упражнения на развитие гибкости	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Упражнения на развитие координации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на формирование телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Опорные прыжки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
19	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения на гимнастической лестнице	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения на гимнастической скамейке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные	1			https://resh.edu.ru/

	дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
25	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
26	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

33	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Техника передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

44	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
45	Ведение мяча в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
46	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Технические действия с мячом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Прямая нижняя подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Технические действия с мячом.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Ведение футбольного мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	«змейкой»				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Обводка мячом ориентиров	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчишки. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

5 «Е» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения утренней зарядки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Упражнения на развитие гибкости	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Упражнения на развитие координации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на формирование телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Опорные прыжки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения на гимнастической лестнице	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения на гимнастической скамейке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
24	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
25	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
26	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	«согнув ноги»				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Повороты на лыжах способом переступания	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Повороты на лыжах способом переступания	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Спуск на лыжах с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление небольших	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	препятствий при спуске с пологого склона					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Техника передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ведение мяча в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Технические действия с мячом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Прямая нижняя подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

49	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Технические действия с мячом.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Обводка мячом ориентиров	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	<i>контроль.</i>					
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчишки. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	0	
--	----	---	---	--

5 «Ю» КЛАСС

Шкаликов В.А.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в основной школе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Олимпийские игры древности.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Режим дня. <i>Стартовая диагностика.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Наблюдение за физическим развитием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Определение состояния организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Составление дневника по физической культуре	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения утренней зарядки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Упражнения на развитие гибкости	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Упражнения на развитие координации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на формирование телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Опорные прыжки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
19	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения на гимнастической лестнице	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения на гимнастической скамейке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
24	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
25	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
26	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Метание малого мяча на дальность. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

33	Повороты на лыжах способом переступания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Спуск на лыжах с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Техника ловли мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Техника передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

44	Ведение мяча стоя на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ведение мяча в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Технические действия с мячом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Прямая нижняя подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Приём и передача мяча снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Технические действия с мячом.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

55	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Обводка мячом ориентиров	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчишки. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

6 «А» КЛАСС
Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучен ия	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ые работы	Практические работы		
1.	Возрождение Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	История первых Олимпийских игр современности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Составление дневника физической культуры. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Физическая подготовка человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Основные показатели физической нагрузки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для	1				https://resh.edu.ru/

	коррекции телосложения				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10.	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11.	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12.	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13.	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14.	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15.	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16.	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17.	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18.	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19.	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

20.	Упражнения ритмической гимнастики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21.	Упражнения ритмической гимнастики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22.	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23.	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24.	Спринтерский бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25.	Гладкий равномерный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26.	Гладкий равномерный бег.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27.	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28.	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29.	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30.	Метание малого мяча по движущейся	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мишени. Промежуточный контроль.				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31.	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32.	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33.	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34.	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35.	Упражнения лыжной подготовки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36.	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37.	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38.	Передвижение в стойке баскетболиста	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39.	Передвижение в стойке баскетболиста	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40.	Прыжки вверх толчком одной	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	ногой				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41.	Остановка двумя шагами и прыжком	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42.	Упражнения в ведении мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43.	Упражнения на передачу и броски мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46.	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47.	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48.	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

50.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51.	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52.	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53.	Удар по катящемуся мячу с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56.	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57.	Игровая	1				https://resh.edu.ru/

	деятельность с использованием технических приёмов обводки					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58.	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты. Итоговый контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

63.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67.	Правила и техника выполнения норматива	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
68.	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

6 «Б» КЛАСС

Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Возрождение Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	История первых Олимпийских игр современности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Составление дневника физической культуры. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

5.	Физическая подготовка человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Основные показатели физической нагрузки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

					31937312
13	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Старт с опорой на	1			https://resh.edu.ru/

	одну руку с последующим ускорением					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Спринтерский бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Гладкий равномерный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Гладкий равномерный бег.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Метание малого мяча по движущейся мишени. Промежуточный	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	контроль.					
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Упражнения лыжной подготовки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передвижение в стойке баскетболиста	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Передвижение в	1				https://resh.edu.ru/

	стойке баскетболиста					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Прыжки вверх толчком одной ногой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Остановка двумя шагами и прыжком	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Упражнения в ведении мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Упражнения на передачу и броски мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Передача мяча	1				https://resh.edu.ru/

	двумя руками снизу в разные зоны площадки					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по катящемуся мячу с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность с использованием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	технических приёмов передачи мяча					31937312
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты. Итоговый контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

6 «В» КЛАСС

Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		

1.	Возрождение Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	История первых Олимпийских игр современности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Составление дневника физической культуры. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Физическая подготовка человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Основные показатели физической нагрузки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн,	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	купания в естественных водоёмах					
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Опорные прыжки через гимнастического козла	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Упражнения на невысокой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	гимнастической перекладине				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Спринтерский бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Гладкий равномерный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Гладкий равномерный бег.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

27	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Метание малого мяча по движущейся мишени. Промежуточный контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Преодоление небольших трамплинов при	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	спуске с пологого склона					31937312
35	Упражнения лыжной подготовки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передвижение в стойке баскетболиста	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Передвижение в стойке баскетболиста	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Прыжки вверх толчком одной ногой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Остановка двумя шагами и прыжком	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Упражнения в ведении мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Упражнения на передачу и броски	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мяча					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	использованием приёма мяча снизу и сверху.					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по катящемуся мячу с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах					31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты. Итоговый контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты					31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры					
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

6 «Г» КЛАСС

Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Возрождение Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	История первых Олимпийских игр современности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Составление дневника физической культуры. <i>Входной</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	<i>контроль.</i>					
5.	Физическая подготовка человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Основные показатели физической нагрузки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические	1				https://resh.edu.ru/

	комбинации					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Опорные прыжки через гимнастического козла	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Лазание по канату в три приема	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Лазание по канату в три приема	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения ритмической гимнастики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения ритмической гимнастики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

						31937312
22	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Спринтерский бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Гладкий равномерный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Гладкий равномерный бег.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Метание малого	1				https://resh.edu.ru/

	мяча по движущейся мишени. Промежуточный контроль.					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Упражнения лыжной подготовки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передвижение в	1				https://resh.edu.ru/

	стойке баскетболиста					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Передвижение в стойке баскетболиста	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Прыжки вверх толчком одной ногой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Остановка двумя шагами и прыжком	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Упражнения в ведении мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Упражнения на передачу и броски мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приём мяча двумя	1				https://resh.edu.ru/

	руками снизу в разные зоны площадки					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по катящемуся мячу с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	остановки мяча					
55	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты. Итоговый контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Эстафеты					
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

6 «Д» КЛАСС

Пазюра Н.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Возрождение Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	История первых Олимпийских игр современности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Составление дневника физической культуры. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Физическая подготовка человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Основные показатели физической нагрузки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

8.	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Опорные прыжки через гимнастического козла	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Упражнения на	1				https://resh.edu.ru/

	невысокой гимнастической перекладине				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Спринтерский бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Гладкий равномерный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

						31937312
26	Гладкий равномерный бег.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Метание малого мяча по движущейся мишени. Промежуточный контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Преодоление небольших трамплинов при	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	спуске с пологого склона					31937312
34	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Упражнения лыжной подготовки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передвижение в стойке баскетболиста	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Передвижение в стойке баскетболиста	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Прыжки вверх толчком одной ногой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Остановка двумя шагами и прыжком	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Упражнения в	1				https://resh.edu.ru/

	ведении мяча					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Упражнения на передачу и броски мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Игровая деятельность с использованием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	технических приёмов в подаче мяча					31937312
51	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по катящемуся мячу с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	технических приёмов обводки					31937312
58	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты. Итоговый контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	или 2 км. Эстафеты					
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Эстафеты					
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

6 «Е» КЛАСС
Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Возрождение Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	История первых Олимпийских игр современности	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Составление дневника физической культуры. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Физическая подготовка человека	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Основные показатели физической нагрузки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн,	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	купания в естественных водоёмах					
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Опорные прыжки через гимнастического козла	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Лазание по канату в три приема	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Лазание по канату в три приема	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Упражнения ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Спринтерский бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Гладкий равномерный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Гладкий равномерный бег.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	«перешагивание»				
29	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Метание малого мяча по движущейся мишени. Промежуточный контроль.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Упражнения лыжной подготовки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передвижения по учебной	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	дистанции, повороты, спуски, торможение				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передвижение в стойке баскетболиста	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Передвижение в стойке баскетболиста	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Прыжки вверх толчком одной ногой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Остановка двумя шагами и прыжком	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Упражнения в ведении мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Упражнения на передачу и броски мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приём мяча двумя руками снизу в разные зоны	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	площадки					
48	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием приёма мяча снизу и сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по катящемуся мячу с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность с	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	использованием технических приёмов передачи мяча					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием технических приёмов ведения мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием технических приёмов обводки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты. Итоговый контроль.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м					
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	низкой перекладине 90см. Эстафеты					
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	весом 150г. Подвижные игры					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «А» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития олимпизма в России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание	1				https://resh.edu.ru/

	оздоровительного эффекта занятий физической культурой				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические пирамиды	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	технических приёмов.					
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый контроль.</i>					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «Б» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития	1				https://resh.edu.ru/

	олимпизма в России					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	телосложения				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические пирамиды	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Комбинация на низкой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	гимнастической перекладине				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в два приёма	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Лазанье по канату в два приёма	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Преодоление препятствий наступанием	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Эстафетный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Метание малого мяча в катящуюся	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мишень				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Спуски и подъёмы	1			https://resh.edu.ru/

	во время прохождения учебной дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	<i>контроль.</i>					
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	положения стоя на гимнастической скамье					
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «В» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития олимпизма в России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское	1				https://resh.edu.ru/

	движение в СССР и современной России					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	нарушения осанки				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические пирамиды	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в	1			https://resh.edu.ru/

	два приёма				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Лазание по канату в два приёма	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Преодоление препятствий наступанием	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Эстафетный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мишень				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

44	Передача мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «Г» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития олимпизма в России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	культурой и спортом					
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические	1				https://resh.edu.ru/

	пирамиды					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

25	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при	1				https://resh.edu.ru/

	спуске с пологого склона					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

47	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность	1				https://resh.edu.ru/

	с использованием разученных технических приёмов					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	упоре лежа на полу					
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «Д» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития олимпизма в России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические пирамиды	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Комплекс	1				https://resh.edu.ru/

	упражнений степ-аэробики					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	бегом				
28	Эстафетный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «Е» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития олимпизма в России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	культурой					
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические пирамиды	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Комбинация на низкой гимнастической	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	перекладине					
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
23	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	туловища из положения лежа на спине					
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

7 «Ю» КЛАСС

Шкаликов В.А.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Истоки развития олимпизма в России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Олимпийское движение в СССР и современной России	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Тактическая подготовка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

6.	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Планирование занятий технической подготовкой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для коррекции телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические пирамиды	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Стойка на голове с опорой на руки	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Лазанье по канату в два приёма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Преодоление препятствий наступанием	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом..	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

28	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Эстафетный бег	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту. <i>Промежуточный контроль</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Торможение на лыжах способом «упор»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Поворот упором при спуске с пологого склона	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Преодоление естественных	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	препятствий на лыжах				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча после отскока от пола	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Ловля мяча после отскока от пола	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

49	Верхняя прямая подача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Тактические действия при выполнении углового удара	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

58	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «А» КЛАСС

Попова Е.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Коррекция избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика	1				https://resh.edu.ru/

	умственного перенапряжения				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики утомления	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие	1			https://resh.edu.ru/

	дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная	1				https://resh.edu.ru/

	подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	скольжением				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Повороты с мячом на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мяча в прыжке с места				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Тактические действия в защите	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в защите.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	ТБ. Первая помощь при травмах					
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и	1				https://resh.edu.ru/

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «Б» КЛАСС

Попова Е.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Коррекция избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика	1				https://resh.edu.ru/

	умственного перенапряжения				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики утомления	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие	1			https://resh.edu.ru/

	дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная	1				https://resh.edu.ru/

	подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	скольжением				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Повороты с мячом на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мяча в прыжке с места				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Тактические действия в защите	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в защите.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	ТБ. Первая помощь при травмах					
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и	1				https://resh.edu.ru/

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «В» КЛАСС

Попова Е.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Коррекция избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика	1				https://resh.edu.ru/

	умственного перенапряжения				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики утомления	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие	1			https://resh.edu.ru/

	дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная	1				https://resh.edu.ru/

	подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	скольжением				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Повороты с мячом на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	мяча в прыжке с места				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Тактические действия в защите	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в защите.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	ТБ. Первая помощь при травмах					
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и	1				https://resh.edu.ru/

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «Г» КЛАСС

Попова Е.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	физическое развитие				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Коррекция избыточной массы тела	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика умственного перенапряжения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики утомления	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

13	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

24	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	спусках, подъёмах, торможении					
41	Повороты с мячом на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Тактические действия в защите	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	защите.					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и	1				https://resh.edu.ru/

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	полу					
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «Д» КЛАСС

Попова Е.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	<i>контроль.</i>				
5.	Коррекция избыточной массы тела	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика умственного перенапряжения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики утомления	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические комбинации	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая	1			https://resh.edu.ru/

	комбинация на гимнастическом бревне				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину с разбега	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	«прогнувшись».				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	лыжах одновременным бесшажным ходом					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Повороты с мячом на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	плеча и снизу				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Тактические действия в защите	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в защите.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с	1			https://resh.edu.ru/

	разбега внутренней частью подъёма стопы					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и	1				https://resh.edu.ru/

	техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	низкой перекладине 90см					
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «Е» КЛАСС

Попова Е.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Физическая культура в современном обществе	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Коррекция избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика умственного перенапряжения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Упражнения для профилактики утомления	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая	1				https://resh.edu.ru/

	комбинация на параллельных брусьях				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину с разбега	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	естественных препятствий на лыжах				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым скольжением	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Повороты с мячом на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Тактические действия в защите	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в защите.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	футбола					
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

8 «Ю» КЛАСС

Шкаликов В.А.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные	Практические		

			работы	работы	
1.	Физическая культура в современном обществе	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Адаптивная и лечебная физическая культура	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Коррекция нарушения осанки. <i>Входной контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Коррекция избыточной массы тела	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Правила проведения самостоятельных занятий при коррекции осанки и телосложения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312 https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Составление планов для самостоятельных занятий	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Способы учёта индивидуальных особенностей	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Профилактика умственного перенапряжения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10.	Упражнения для	1			https://resh.edu.ru/

	профилактики утомления					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Дыхательная и зрительная гимнастика	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Акробатические комбинации	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Вольные упражнения на базе ритмической гимнастики	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на средние	1				https://resh.edu.ru/

	дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Бег на длинные дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в длину с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	требований комплекса ГТО					
31	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Техника передвижения на лыжах одновременным бесшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Способы преодоления естественных препятствий на лыжах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Торможение боковым скольжением	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Переход с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Переход с одного	1				https://resh.edu.ru/

	лыжного хода на другой					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Лыжная подготовка в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Повороты с мячом на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Передача мяча одной рукой от плеча и снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Передача мяча одной рукой снизу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Бросок мяча в корзину двумя руками в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Бросок мяча в корзину одной рукой в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Прямой нападающий удар	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

50	Тактические действия в защите	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Тактические действия в защите.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Правила игры в мини-футбол	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Игровая деятельность по правилам классического футбола	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4-5 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	Правила и техника выполнения норматива	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м					
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м или 2000м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 2 км или 3 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

9 «А» КЛАСС

Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ые работы	Практические работы		
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Туристские походы как форма активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Восстановительный массаж. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Банные процедуры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Измерение функциональных резервов организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Занятия физической культурой и режим питания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

10	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Длинный кувырок с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Кувырок назад в упор	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Упражнения черлидинга	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения черлидинга	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие	1				https://resh.edu.ru/

	дистанции					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Прыжки в длину «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Прыжки в длину «прогнувшись»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину «согнув ноги»	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в высоту	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжки в высоту.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение попеременным двухшажным ходом. <i>Промежуточный контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение	1				https://resh.edu.ru/

	одновременным одношажным ходом					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Ведение мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Ведение мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передача мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Приемы и броски мяча на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Приемы и броски мяча в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Приемы и броски мяча после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Подачи мяча в разные зоны	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	площадки соперника				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Блокировка	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Блокировка.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Приемы мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Остановки и удары по мячу с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

56	Остановки и удары по мячу в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу					
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

9 «Б» КЛАСС

Герасимова А.Л.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Туристские походы как форма активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Восстановительный массаж. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Баннйе процедуры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Измерение функциональных резервов организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

7.	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Занятия физической культурой и режим питания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Длинный кувырок с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Кувырок назад в упор	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая	1				https://resh.edu.ru/

	комбинация на гимнастическом бревне				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжки в высоту.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Метание спортивного снаряда с разбега на	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	дальность				
28	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение попеременным двухшажным ходом. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Приемы и броски мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Приемы и броски	1			https://resh.edu.ru/

	мяча в прыжке				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Приемы и броски мяча после ведения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Блокировка	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Блокировка.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Приемы мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Остановки и удары по мячу с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Остановки и удары по мячу в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	5км					
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

9 «В» КЛАСС
Попов А.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практическ ие работы		
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Туристские походы как форма активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Восстановительный массаж. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Банные процедуры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Измерение функциональных резервов организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Занятия физической культурой и режим питания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для снижения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	избыточной массы тела				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Длинный кувырок с разбега	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Кувырок назад в упор	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжки в высоту.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение попеременным двухшажным ходом. <i>Промежуточный</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	<i>контроль.</i>				
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Приемы и броски мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Приемы и броски мяча в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Приемы и броски мяча после ведения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Приёмы и передачи	1			https://resh.edu.ru/

	мяча на месте				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Блокировка	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Блокировка.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Приемы мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
53	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
54	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
55	Остановки и удары по мячу с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Остановки и удары по мячу в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах					https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	упоре лежа на полу					
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

9 «Г» КЛАСС

Харченко Э.Э.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Туристские походы как форма активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Восстановительный массаж. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Банные процедуры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
6.	Измерение функциональных резервов организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Оказание первой помощи во время	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Занятия физической культурой и режим питания	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Длинный кувырок с разбега	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Кувырок назад в упор	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на гимнастическом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	бревне				
17	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
21	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
22	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжки в высоту.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание	1			https://resh.edu.ru/

	спортивного снаряда с разбега на дальность				https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение попеременным двухшажным ходом. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Приемы и броски мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Приемы и броски мяча в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

41	Приемы и броски мяча после ведения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приёмы и передачи в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Удары	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Блокировка	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Блокировка.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
52	Приемы мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
53	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
54	Передачи мяча	1			https://resh.edu.ru/

					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Остановки и удары по мячу с места	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
56	Остановки и удары по мячу в движении	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	км					
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	положения лежа на спине					
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

9 «Д» КЛАСС

Попов А.В.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Туристские походы как форма активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Восстановительный массаж. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Баннйе процедуры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

6.	Измерение функциональных резервов организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Занятия физической культурой и режим питания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Длинный кувырок с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
12	Кувырок назад в упор	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
13	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	параллельных брусьях				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения черлидинга	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
21	Бег на короткие дистанции	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
22	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжки в высоту.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Метание спортивного снаряда	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	с разбега на дальность				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение попеременным двухшажным ходом. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Приемы и броски мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

40	Приемы и броски мяча в прыжке	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Приемы и броски мяча после ведения	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Приёмы и передачи мяча на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приёмы и передачи в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приёмы и передачи в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Удары	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Удары	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Блокировка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Блокировка.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Приемы мяча	1				https://resh.edu.ru/

						https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Остановки и удары по мячу с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Остановки и удары по мячу в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	Кросс на 3 км или 5км					
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	ногами					
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

9 «Ю» КЛАСС
Шкаликов В.А.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практическ ие работы		
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
2.	Туристские походы как форма активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
4.	Восстановительный массаж. <i>Входной контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
5.	Банные процедуры	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
6.	Измерение функциональных резервов организма	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
7.	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
8.	Занятия физической культурой и режим питания	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
9.	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
10	Мероприятия в	1				https://resh.edu.ru/

	режиме двигательной активности обучающихся					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
11	Длинный кувырок с разбега	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
12	Кувырок назад в упор	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
13	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
15	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
16	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
17	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
18	Упражнения черлидинга	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
19	Упражнения черлидинга	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
20	Бег на короткие дистанции	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192
21	Бег на короткие	1				https://resh.edu.ru/

	дистанции				https://media.prosv.ru/content/?subject=192
22	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
23	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
24	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
25	Прыжки в высоту	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
26	Прыжки в высоту.	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
27	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
28	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
29	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
30	Передвижение попеременным двухшажным ходом. <i>Промежуточный контроль.</i>	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
31	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
32	Передвижение одновременным	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192

	одношажным ходом				https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
33	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
34	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
35	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
36	Ведение мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
37	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
38	Передача мяча	1			https://resh.edu.ru/ https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
39	Приемы и броски мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
40	Приемы и броски мяча в прыжке	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
41	Приемы и броски мяча после ведения	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
42	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
43	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
44	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
45	Приёмы и передачи мяча на месте	1			https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
46	Приёмы и передачи	1			https://resh.edu.ru/

	в движении					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
47	Приёмы и передачи в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
48	Удары	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
49	Удары	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
50	Блокировка	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
51	Блокировка.	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
52	Приемы мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
53	Передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
54	Передачи мяча	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
55	Остановки и удары по мячу с места	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
56	Остановки и удары по мячу в движении	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
57	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах					
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м. <i>Итоговый контроль.</i>	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 3 км или 5 км	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине. Рывок гири 16кг. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
63	Правила и техника	1				https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см					https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
66	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г, 500г(д), 700г(ю)	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312
68	Правила и техника выполнения норматива	1				https://resh.edu.ru/ https://media.prosv.ru/content/?subject=192 https://uchebnik.mos.ru/catalogue?subject_program_ids=31937312

	комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 5-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 5-9 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 5-9 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 5-9 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.edu.ru

www.school.edu.ru

<https://uchi.ru>

Реализация воспитательного потенциала на уроках

Реализация воспитательного потенциала урока предполагает ориентацию на целевые приоритеты, связанные с возрастными особенностями школьника, его ведущую деятельность, что обеспечивает:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- организацию на уроках активной деятельности учащихся, в том числе поисково-исследовательской, на разных уровнях познавательной самостоятельности (в этом и заключается важнейшее условие реализации воспитательного потенциала современного урока – активная познавательная деятельность детей);

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.

В организации процесса воспитания используется потенциал урока, используются следующие виды и формы деятельности:

- занятия – уроки, которые, расширяют образовательное пространство предмета;
- тематические проекты, способствующие раскрытию творческих способностей обучающихся с разными образовательными потребностями и индивидуальными возможностями;
- предметные образовательные события (предметные недели) для обучающихся с целью развития познавательной и творческой активности, инициативности в различных сферах предметной деятельности;

- учебные (олимпиады, занимательные уроки и пятиминутки, урок – деловая игра;
- урок – путешествие, урок мастер-класс, урок-исследование и др.);
- использование ИКТ и дистанционных образовательных технологий обучения, обеспечивающих современные активности обучающихся (программы-тренажеры, тесты, зачеты в электронных приложениях, мультимедийные презентации, научно-популярные передачи, фильмы, обучающие сайты, уроки онлайн, онлайн-конференции и др.);

Применение на уроке интерактивных форм работы учащихся:

- групповой работы или работы в парах;
- использование визуальных образов (предметно-эстетической среды, наглядная агитация школьных стендов, предметной направленности);

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока (сотрудничество, поощрение, доверие, поручение важного дела, эмпатия, создание ситуации успеха);

- организация наставничества мотивированных и эрудированных обучающихся над менее успевающими одноклассниками, что дает школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

- рефлексии и самооценки, планирования деятельности, видения правильного вектора для дальнейшего развития способностей;

- использование гаджетов, открытых образовательных ресурсов, систем управления, что позволяет создать условия для реализации принципов: «образование для всех», «образование через всю жизнь», образование «всегда, везде и в любое время». У обучающихся развиваются навыки сотрудничества, коммуникации, социальной ответственности, оперативно и качественно решать проблемы; воспитывается ценностное отношение к миру.

Непрерывный поиск приемов и форм взаимодействия педагогов и обучающихся на учебном занятии позволяет приобретенным знаниям, отношениям и опыту перейти в социально значимые виды самостоятельной деятельности.