

Утверждаю  
Директор ЧОУ «Венда» Белич О.Л.



## Основное общее образование

### Рабочая программа

### по физической культуре

1 класс

*Программа составлена на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта  
Начального общего образования 2022 г.*

Москва

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

**Знания о физической культуре.** Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды и обуви для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

**Способы самостоятельной деятельности.** Режим дня, правила его составления и соблюдения.

**Спортивно-оздоровительная физическая культура.** Оздоровительная физическая культура. Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток, разминок и утренней зарядки.

**Физическое совершенствование. Лёгкая атлетика:** Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; бег на короткие дистанции (30м, 60 м), высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину, высоту; спрыгивание и запрыгивание. Броски: большого мяча (0,5 кг) на дальность из исходных положений (сидя, стоя). Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

**Гимнастика с основами акробатики:** Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: подъём туловища из положения (лёжа на спине и животе); подъём ног из положения (лёжа на животе); сгибание разгибание рук (в упоре лёжа), упражнение планка. Лазанье по лестнице разными способами. Упражнения в равновесии, на гимнастической скамейке (рейке). Передвижения по гимнастической стенке и скамейке. Преодоление полосы препятствий.

Акробатические упражнения: Кувырки вперед и назад, гимнастический «мост» и. п. (лёжа на спине).

**Подвижные игры с элементами спортивных игр:** На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетки: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий в спортивном зале, на улице;
- выполнять упражнения утренней зарядки, разминки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- выполнять упражнения для развития гибкости, силы, выносливости и координации.
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному; выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать упражнения в равновесии, лазанье по гимнастической стенке различными способами, выполнение акробатического упр. «мост» и. п. (лёжа на спине), кувырков вперёд и назад в группировке, прыжки на месте с поворотами в разные стороны;
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью, с элементами спортивных игр

## Частное общеобразовательное учреждение «Венда»

(футбол, баскетбол).

### Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств 1 класс.

№	НОРМАТИВЫ	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1.	Бег 30 м (сек)	6,1	6,9	7,0	6,6	7,4	7,5
2.	“Челночный бег” 3x10 м (сек.)	9,9	10,8	11,2	10,2	11,3	11,7
3.	Ходьба на лыжах 1 км.	8,30	9,00	9,30	9,00	9,30	10,0
4.	Кросс 1000 м. (мин.,сек.)	без времени			без времени		
5.	Прыжок в длину с места (см)	140	115	100	130	110	90
6.	Метание набивного мяча (см)	295	235	195	245	220	200
7.	Метание малого мяча 150г (м)	20	15	10	15	10	5
8.	Метание в цель с 6 м	3	2	1	3	2	1
9.	Прыжки со скакалкой за 1 мин.	40	30	15	50	30	20
10.	Поднимание туловища за 1 мин.	30	26	18	18	15	13
11.	Подтягивание в висе (раз)	4	2	1			
12.	Подтягивание в висе лёжа (раз)				12	8	2
13.	Наклон вперёд сидя (см)	9	3	1	12,5	6	2

### Тематическое планирование 1 класс.

2 часа в неделю, всего — 68часов, 2 часа — резервное время.

Темы, раскрывающие данный раздел программы и количество часов отведённых на изучение темы.	Учебное содержание	Основные виды деятельности учащихся при изучении темы (на уровне учебных действий)
Знания о физической культуре (8 ч в процессе урока).	Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями	Тема «Что понимается под физической культурой» (рассказ учителя, просмотр видеофильмов и иллюстративного материала): - обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на уроках физической культуры, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять; - проводят наблюдение за передвижениями животных и выделяют общие признаки с передвижениями человека; - проводят сравнение между современными физическими упражнениями и трудовыми действиями древних охотников, устанавливают возможную связь между ними.

**Частное общеобразовательное учреждение «Венда»**

	животных и трудовыми действиями древних людей. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий.	<i>Тема «Правила поведения на уроках физической культуры»</i> (учебный диалог): - знакомятся с правилами поведения на уроках физической культуры, требованиями к обязательному их соблюдению;
<b>Способы самостоятельной деятельности (3ч в процессе урока).</b>	Режим дня, правила его составления и соблюдения.	<i>Тема «Режим дня школьника»</i> (беседа с учителем, использование иллюстративного материала): - обсуждают предназначение режима дня, определяют основные дневные мероприятия первоклассника и распределяют их по часам с утра до вечера; - знакомятся с таблицей режима дня и правилами её оформления, уточняют индивидуальные мероприятия и заполняют таблицу (по образцу, с помощью родителей).
<b>Физическое совершенствование (68 ч). Спортивно-оздоровительная физическая культура (30 ч в процессе урока)</b>	Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.	<i>Тема «Личная гигиена и гигиенические процедуры»</i> (беседа с учителем, использование видеофильмов и иллюстративного материала): - знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека; - знакомятся с гигиеническими процедурами и правилами их выполнения, устанавливают время их проведения в режиме дня <i>Тема «Осанка человека»</i> (рассказ учителя с использованием фотографий, рисунков, видеоматериала): - знакомятся с понятием «осанка человека», правильной и неправильной формой осанки, обсуждают её отличительные признаки; - знакомятся с возможными причинами нарушения осанки и способами её профилактики; - определяют целесообразность использования физических упражнений для профилактики нарушения осанки; - разучивают упражнения для профилактики нарушения осанки (упражнения для формирования навыка удержания правильной осанки и упражнения для развития силы отдельных мышечных групп).
		<i>Тема «Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника»</i> (рассказ учителя, использование видеофильмов, иллюстративного материала): - обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;

Частное общеобразовательное учреждение «Венда»

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня;</li> <li>- разучивают комплексы физкультминуток в положении сидя и стоя на месте (упражнения на усиление активности дыхания, кровообращения и внимания; профилактики утомления мышц пальцев рук и спины);</li> <li>- обсуждают рассказ учителя о пользе утренней зарядки, правилах выполнения входящих в неё упражнений;</li> <li>- уточняют название упражнений и последовательность их выполнения в комплексе;</li> <li>- разучивают комплекс упражнений утренней зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений, (упражнения для обучения технике правильного дыхания) и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма).</li> </ul>
<p>Лёгкая атлетика (16ч).</p>	<p>Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места, толчком двумя ногами; в высоту с прямого разбега.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения с использованием лидера;</li> <li>- обучаются равномерному бегу в колонне по одному с разной скоростью передвижения (по команде);</li> <li>- обучаются равномерному бегу в колонне по одному в чередовании с равномерной ходьбой (по команде)</li> </ul> <p><i>Тема «Прыжок в длину с места»</i> (объяснение и образец учителя, видеоматериал, рисунки):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знакомятся с образцом учителя и правилами его выполнения (расположение у стартовой линии, принятие исходного положения перед прыжком; выполнение приземления после фазы полёта; измерение результата после приземления);</li> <li>- разучивают одновременное отталкивание двумя ногами (прыжки вверх из полуприседа на месте; с поворотом в правую и левую сторону);</li> <li>- обучаются приземлению после спрыгивания с горки матов;</li> <li>- обучаются прыжку в длину с места в полной координации. <i>Тема «Прыжок в высоту с прямого разбега»</i> (объяснение и образец учителя, видеоматериал, рисунки):</li> <li>- наблюдают выполнение образца техники прыжка в высоту с прямого разбега, анализируют основные его фазы (разбег, отталкивание, полёт, приземление); -</li> </ul>

**Частное общеобразовательное учреждение «Венда»**

		<p>разучивают фазу приземления (после прыжка вверх толчком двумя ногами; после прыжка вверх-вперёд толчком двумя ногами с невысокой площадки);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разучивают фазу отталкивания (прыжки на одной ноге по разметкам, многоскоки, прыжки толчком одной ногой вперёд - вверх с места и с разбега с приземлением);</li> <li>- разучивают фазы разбега (бег по разметкам с ускорением; бег с ускорением и последующим отталкиванием);</li> <li>- разучивают выполнение прыжка в длину с места, толчком двумя в полной координации.</li> </ul>
<p>Гимнастика элементами акробатики (20ч).</p>	<p align="center">с</p> <p>в спортивном зале и на открытом воздухе</p> <p>Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа</p> <p>Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью</p> <p>Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.</p> <p>Акробатические упражнения: подъём туловища из положения (лёжа на спине и животе); подъём ног из положения (лёжа на животе); сгибание рук в положении</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знакомятся с формой одежды для занятий физической культурой в спортивном зале и в домашних условиях, во время прогулок на открытом воздухе</li> </ul> <p><i>Тема «Исходные положения в физических упражнениях»</i> (использование показа учителя, иллюстративного материала, видеофильмов):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знакомятся с понятием «исходное положение» и значением исходного положения для последующего выполнения упражнения;</li> <li>- наблюдают образец техники учителя, уточняют требования к выполнению отдельных исходных положений;</li> <li>- разучивают основные исходные положения для выполнения гимнастических упражнений, их названия и требования к выполнению (стойки; упоры; седы, положения лёжа)</li> </ul> <p><i>Тема «Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры»</i> (использование показа учителя, иллюстративного материала, видеофильмов):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдают и анализируют образец техники учителя, уточняют выполнение отдельных технических элементов;</li> <li>- разучивают способы построений стоя на месте: (шеренга, колонна по одному, две шеренги, колонна по одному и по два);</li> <li>- разучивают повороты, стоя на месте (вправо, влево);</li> <li>- разучивают передвижение ходьбой в колонне по одному с равномерной скоростью.</li> </ul> <p><i>Тема «Гимнастические упражнения»</i> (использование показа учителя, иллюстративного материала, видеофильмов):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдают и анализируют образцы техники гимнастических упражнений учителя, уточняют выполнение отдельных элементов;</li> <li>- разучивают стилизованные передвижения (гимнастический шаг; гимнастический бег; чередование гимнастической ходьбы с гимнастическим бегом);</li> </ul>

**Частное общеобразовательное учреждение «Венда»**

	<p>(упор лёжа); прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разучивают упражнения с гимнастическим мячом (подбрасывание одной рукой и двумя руками; переключивание с одной руки на другую; прокатывание под ногами; поднятие ногами из положения (лёжа на полу));</li> <li>- разучивают упражнения со скакалкой (перешагивание и перепрыгивание через скакалку, лежащую на полу; поочерёдное и последовательное вращение сложенной вдвое скакалкой одной рукой с правого и левого бока, двумя руками с правого и левого бока, перед собой);</li> <li>- разучивают упражнения в гимнастических прыжках (прыжков в высоту с разведением рук и ног, в сторону; с приземлением в полуприседе; с поворотом в правую и левую сторону).</li> </ul> <p><i>Тема «Акробатические упражнения»</i> (практическое занятие в группах с использованием показа учителя, иллюстративного материала, видеофильмов);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- наблюдают и анализируют образцы техники учителя, контролируют её выполнение другими учащимися, помогают им исправлять ошибки;</li> <li>- обучаются подъёму туловища из положения (лёжа на спине и животе);</li> <li>- обучаются подъёму ног из положения (лёжа на животе);</li> <li>- обучаются сгибанию рук в положении упор лёжа;</li> <li>- разучивают прыжки в группировке, толчком двумя ногами;</li> <li>- разучивают прыжки в упоре на руках, толчком двумя ногами.</li> </ul>
<p>Подвижные игры на материале спортивных игр (24ч).</p> <p>12ч</p>	<p>Подвижные игры, их значение для физического развития. Самостоятельная организация и проведение игр, распределение на команды с помощью простейших считалочек. Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных</p>	<p><i>Тема «Подвижные игры»</i> (объяснение учителя, видеоматериал):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разучивают считалки для проведения совместных подвижных игр; используют их при распределении игровых ролей играющих;</li> <li>- разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок и технике безопасности;</li> <li>- обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам);</li> <li>- играют в разученные подвижные игры.</li> </ul>

<p>12ч</p>	<p>На материале спортивных игр. Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу. Удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места. Удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с одного и двух шагов разбега. Передача мяча в парах и тройках (на расстоянии 2—3 м). Баскетбол: передачи и ловля мяча. Основные содержательные линии. Передача и ловля двумя руками стоя на месте низко летящего мяча. Передача и ловля двумя руками летящего мяча на уровне груди. Бросок мяча двумя руками снизу стоя на месте. Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр.</p>	<p>Демонстрировать разученные технические приёмы игры футбол. Выполнять разученные технические приемы игры футбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях. Применять тактические действия в игре. Играть в подвижные игры с элементами игры футбол: «светофор», «обманный мяч», «держи мяч», «выбей мяч из круга», «забей гол», «передай пас».</p> <p>Характеризовать и демонстрировать технические приемы игры в баскетбол и применять тактические действия в игре. Выполнять разученные технические приёмы игры в баскетбол в стандартных и вариативных (игровых) условиях. Играть в подвижные игры с элементами спортивной игры баскетбол: «мяч в корзину», «гонка мячей по кругу», «передал - беги», «салки с заслоном», «7 передач», «быстрый прорыв».</p>
------------	--	--



## Частное общеобразовательное учреждение «Венда»

<p>Прикладно-ориентированная физическая культура (8 ч).</p>	<p>Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.</p> <p>Правила техники безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями прикладной направленности.</p> <p>Правила поведения в спортивном зале и на пришкольной спортивной площадке.</p> <p>Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на пришкольной спортивной площадке при различных погодных условиях).</p>	<p>Знают и соблюдают правила техники безопасности при выполнении физических упражнений прикладной направленности в спортивном зале и на спортивной площадке. Умеют подбирать спортивную одежду и обувь для занятий в зале и на улице (в зависимости от погодных условий), демонстрируют упражнения разминки, выполняют специальные упражнения для подготовки организма к выполнению определённого норматива.</p> <p>Выполняют нормативы 1 ступени норм ГТО.</p> <p><i>Рефлексия:</i> демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО.</p>
---	---	--

### Электронные (цифровые) образовательные ресурсы

Знания о физической культуре.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5733/start/168855/</a>
Режим дня. Упражнения утренней зарядки. Закаливание и виды закаливающих процедур.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/start/168999/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5737/start/168999/</a>
Гигиена человека.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5097/start/168957/</a>
Осанка человека. Упражнения для формирования правильной осанки.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5566/start/168978/</a>
Лёгкая атлетика. Правила ТБП. Челночный бег. Беговые упражнения. Метание мяча в цель. Прыжок в длину с места.	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5743/start/43254/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/main/169086/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/main/169086/</a>

<p>Развитие быстроты. Итоговый урок быстрота и метание. Развитие выносливости. Подвижные игры на развитие ловкости. Подвижные игры на точность.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/169103/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/main/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/main/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5098/start/69334/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/189786/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189869/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4153/start/189869/</a></p>
<p>Гимнастика с элементами акробатики. Упражнения со скакалкой. Строевые упражнения, наклон – гибкость. Лазание. Круговая тренировка.  Итоговый урок по разделу гибкость и грация. Подвижные игры на развитие координации.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5746/start/189544/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/start/223822/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5745/start/223822/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4191/start/223621/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/90482/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/90482/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5747/start/189604/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5747/start/189604/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/189826/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5729/start/189826/</a></p>
<p>Подвижные игры с элементами спортивной игры футбол. История развития игры футбол.  Удар по неподвижному мячу.  Остановка мяча.  Передача мяча в тройках.  Итоговый урок по футболу.  Подвижные игры с перебежками.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4232/start/223842/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4233/start/189625/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5728/start/189645/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4234/start/223863/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/start/190417/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189808/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4236/start/189808/</a></p>

<p>Подвижные игры с элементами спортивной игры баскетбол. Ведение мяча, обвод конусов. Передвижения в баскетболе. Передачи мяча. Итоговый урок (баскетбол).</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/</a></p>
<p>Подвижные игры на развитие двигательной активности.  Итоговый урок по подвижным играм.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189747/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/start/189747/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4235/start/189725/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4114/start/189700/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/189705/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/189705/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/223883/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/223883/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189848/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189848/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/</a></p>