​**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (2 КЛАСС)**

Гармоничное физическое развитие. Контрольные измерения массы и длины своего тела. Осанка. Занятия гимнастикой в Древней Греции. Древние Олимпийские игры. Символ победы на Олимпийских играх. Возрождение Олимпийских игр. Современная история Олимпийских игр. Виды гимнастики в спорте и олимпийские гимнастические виды спорта. Всероссийские и международные соревнования. Календарные соревнования.

Упражнения по видам разминки.

Общая разминка. Упражнения общей разминки. Повторение разученных упражнений. Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания: гимнастический бег вперёд, назад, приставные шаги на полной стопе вперёд с движениями головой в стороны («индюшонок»), шаги в полном приседе («гусиный шаг»), небольшие прыжки в полном приседе («мячик»), шаги с наклоном туловища вперёд до касания грудью бедра («цапля»), приставные шаги в сторону с наклонами («качалка»), наклоны туловища вперёд, попеременно касаясь прямых ног животом, грудью («складочка»).

Партерная разминка. Повторение и освоение новых упражнений основной гимнастики для формирования и развития опорно-двигательного аппарата, включая: упражнения для формирования стопы, укрепления мышц стопы, развития гибкости и подвижности суставов, упражнения для развития эластичности мышц ног и формирования выворотности стоп, упражнения для укрепления мышц ног, рук, упражнения для увеличения подвижности тазобедренных, коленных и голеностопных суставов.

Освоение упражнений для укрепления мышц спины и брюшного пресса («берёзка»), упражнения для укрепления мышц спины («рыбка», «коробочка»), упражнения для укрепления брюшного пресса («уголок»), упражнения для укрепления мышц спины и увеличения их эластичности («киска»), упражнения для развития гибкости: отведение ноги назад стоя на колене (махи назад) поочерёдно правой и левой ногой, прямые ноги разведены в стороны, наклоны туловища попеременно к каждой ноге, руки вверх, прижаты к ушам («коромысло»), упражнение для укрепления мышц живота, развития координации, укрепления мышц бедер («неваляшка»).

Разминка у опоры. Освоение упражнений для укрепления голеностопных суставов, развития координации и увеличения эластичности мышц: стоя лицом к гимнастической стенке (колени прямые, туловище и голова прямо, плечи опущены, живот и таз подтянуты, руки в опоре на гимнастической стенке на высоте талии, локти вниз), полуприсед (колени вперёд, вместе) – вытянуть колени – подняться на полупальцы – опустить пятки на пол в исходное положение. Наклоны туловища вперёд, назад и в сторону в опоре на полной стопе и на носках. Равновесие «пассе» (в сторону, затем вперёд) в опоре на стопе и на носках. Равновесие с ногой вперёд (горизонтально) и мах вперёд горизонтально. Приставные шаги в сторону и повороты. Прыжки: ноги вместе (с прямыми и с согнутыми коленями), разножка на сорок пять и девяносто градусов (вперёд и в сторону).

Подводящие упражнения, акробатические упражнения.

Освоение упражнений: кувырок вперёд, назад, шпагат, колесо, мост из положения сидя, стоя и вставание из положения мост.

Упражнения для развития моторики и координации с гимнастическим предметом

Удержание скакалки. Вращение кистью руки скакалки, сложенной вдвое, перед собой, ловля скакалки. Высокие прыжки вперёд через скакалку с двойным махом вперёд. Игровые задания со скакалкой.

Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча. Серия отбивов мяча.

Игровые задания, в том числе с мячом и скакалкой. Спортивные эстафеты с гимнастическим предметом. Спортивные и туристические физические игры и игровые задания.

Комбинации упражнений. Осваиваем соединение изученных упражнений в комбинации.

Пример:

Исходное положение: стоя в VI позиции ног, колени вытянуты, рука с мячом на ладони вперёд (локоть прямой) – бросок мяча в заданную плоскость (на шаг вперёд) – шаг вперёд с поворотом тела на триста шестьдесят градусов – ловля мяча.

Пример:

Исходное положение: сидя в группировке – кувырок вперед-поворот «казак» – подъём – стойка в VI позиции, руки опущены.

Упражнения для развития координации и развития жизненно важных навыков и умений.

Плавательная подготовка.

Правила поведения в бассейне. Упражнения ознакомительного плавания: освоение универсальных умений дыхания в воде. Освоение упражнений для формирования навыков плавания: «поплавок», «морская звезда», «лягушонок», «весёлый дельфин». Освоение спортивных стилей плавания.

Основная гимнастика.

Освоение универсальных умений дыхания во время выполнения гимнастических упражнений.

Освоение техники поворотов в обе стороны на сто восемьдесят и триста шестьдесят градусов на одной ноге (попеременно), техники выполнения серии поворотов колено вперёд, в сторону, поворот «казак», нога вперёд горизонтально. Освоение техники выполнения прыжков толчком с одной ноги вперёд, с поворотом на девяносто и сто восемьдесят градусов в обе стороны.

Освоение танцевальных шагов: шаги с подскоками (вперёд, назад, с поворотом), шаги галопа (в сторону, вперёд), а также в сочетании с различными подскоками, элементы русского танца («припадание»), элементы современного танца.

Освоение упражнений на развитие силы: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу.

Игры и игровые задания, спортивные эстафеты.

Ролевые игры и игровые задания с использованием освоенных упражнений и танцевальных шагов. Спортивные эстафеты с мячом, со скакалкой. Спортивные игры. Туристические игры и задания.

Организующие команды и приёмы.

Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд и строевых упражнений: построение и перестроение в одну, две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

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

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

* становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
* формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
* проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
* уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
* стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
* проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

**Познавательные универсальные учебные действия**:

* характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
* понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
* выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
* обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
* вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

**Коммуникативные универсальные учебные действия**:

* объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
* исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
* делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

**Регулятивные универсальные учебные действия**:

* соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной подготовкой);
* выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
* контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

К концу обучения во **2 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
* измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
* выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
* демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
* выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
* передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
* организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
* выполнять упражнения на развитие физических качеств.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Дата изучения** | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| 1 | Гармоничное физическое развитие. Знакомство с формами контрольных измерений массы и длины своего тела | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/conspect/> |
| 2 | Осанка и ее влияние на здоровье человека. Составление комплексов упражнений для формирования правильной осанки | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/conspect/> |
| 3 | Олимпийское движение: история и современность. Структура российского спортивного движения | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/169507-plan-konspekt-uroka-po-fizicheskoy-kulture-zimnie-olimpiyskie-igry-2-klass.html> |
| 4 | Методика наблюдений за динамикой своего физического развития. Осанка и ее влияние на физическое здоровье. | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/> |
| 5 | Физические качества | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/> |
| 6 | Сила как физическое качество | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/> |
| 7 | Быстрота как физическое качество | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/> |
| 8 | Выносливость как физическое качество | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/> |
| 9 | Гибкость как физическое качество | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/conspect/> |
| 10 | Здоровый образ жизни и способы его формирования. Развитие координации движений | 1 | 0 | 0 |  | <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspiekt_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_tiema_uroka_razvitiie_bystroty_lovkost> |
| 11 | Развитие координации движений. | 1 | 0 | 0 |  | <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspiekt_uroka_po_fizichieskoi_kul_turie_tiema_uroka_razvitiie_bystroty_lovkost> |
| 12 | Практика выполнения организующих команд и приёмов | 1 | 0 | 0 |  | <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/dnievnik-moikh-dostizhienii-po-fizichieskoi-kul-turie-1-4-klassy> |
| 13 | Техника выполнения упражнений общей разминки. Практика выполнения упражнений общей разминки | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6010/conspect/> |
| 14 | Техника выполнения гимнастического шага с контролем дыхания. Техника выполнения гимнастического бега с контролем дыхания | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/main/> |
| 15 | Основные правила выполнения упражнений общей разминки | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/main/> |
| 16 | Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц ног | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/41073-konspekt-uroka-pravila-povedeniya-i-tehniki-bezopasnosti.html> |
| 17 | Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц брюшного пресса | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/> |
| 18 | Техника выполнения упражнений партерной разминки для укрепления мышц спины, для разогревания мышц спины | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/> |
| 19 | Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития гибкости позвоночника, для развития подвижности плечевого пояса | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/129944-konspekt-uroka-osvoenie-navykov-pryzhkov-razvitie.html> |
| 20 | Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития подвижности в тазобедренных суставах | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/129944-konspekt-uroka-osvoenie-navykov-pryzhkov-razvitie.html> |
| 21 | Техника выполнения упражнений партерной разминки для развития координации | 1 | 0 | 0 |  | <https://urok.1sept.ru/articles/589826> |
| 22 | Техника выполнения упражнений разминки у опоры для укрепления голеностопных суставов | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/125326-tehnologicheskaya-karta-uroka-hodba-po-gimnasticheskoy.html> |
| 23 | Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития координации | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/125326-tehnologicheskaya-karta-uroka-hodba-po-gimnasticheskoy.html> |
| 24 | Техника выполнения упражнений разминки у опоры для развития гибкости | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/train/> |
| 25 | Техника выполнения базовых упражнений на равновесие у опоры | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4008/train/> |
| 26 | Техника выполнения приставных шагов и поворотов у опоры | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3602/conspect/> |
| 27 | Техника выполнения приземления после прыжка | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3602/conspect/> |
| 28 | Составление и комбинирование упражнений разминки у опоры | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3571/conspect/> |
| 29 | Основные правила выполнения акробатических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3571/conspect/> |
| 30 | Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: кувырок вперёд, кувырок назад | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/tekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-lyzhnoi-podgoto-2.html> |
| 31 | Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: шпагат продольный, поперечный, колесо | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/tekhnika-bezopasnosti-na-urokakh-lyzhnoi-podgoto-2.html> |
| 32 | Техника выполнения подводящих и акробатических упражнений: «мост» из положения сидя, «мост» из положения стоя, подъем из положения «мост» | 1 | 0 | 0 |  | <https://urok.1sept.ru/articles/698497> |
| 33 | Основные правила выполнения упражнений с гимнастическими предметами | 1 | 0 | 0 |  | <https://urok.1sept.ru/articles/698497> |
| 34 | Практика выполнения ранее изученных упражнений с гимнастическими предметами | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/conspect/> |
| 35 | Техника выполнения удержания скакалки; вращения сложенной вдвое скакалки в различных плоскостях; броска и ловли скакалки | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/conspect/> |
| 36 | Техника выполнения высоких прыжков вперёд через скакалку с двойным махом вперёд | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/conspect/> |
| 37 | Техника выполнения бросков мяча, ловли мяча, серии отбивов мяча | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6158/conspect/> |
| 38 | Составление комбинаций упражнений основной гимнастики | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/> |
| 39 | Комбинации с упражнениями общей разминки | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspect/> |
| 40 | Комбинации с упражнениями партерной разминки | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/main/> |
| 41 | Комбинации с упражнениями разминки у опоры | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/main/> |
| 42 | Комбинации с упражнениями с гимнастическими предметами | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-po-fizicheskoi-kulture-dlia-2-kla-8.html> |
| 43 | Комбинации с акробатическими упражнениями | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/conspect/> |
| 44 | Комбинации различных гимнастических и акробатических упражнений с танцевальными шагами | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/conspect/> |
| 45 | Основные принципы и правила взаимодействия и сотрудничества в музыкально-сценических и ролевых играх, в туристических играх и игровых заданиях, в спортивных эстафетах | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-pryzhkovye-uprazhneniia-pryzhki-che.html> |
| 46 | Практика применения правил безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной активности в играх и игровых заданиях | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/konspekt-uroka-pryzhkovye-uprazhneniia-pryzhki-che.html> |
| 47 | Практика применения правил техники безопасности при участии в спортивных эстафетах с элементами соревновательной деятельности | 1 | 0 | 0 |  | <http://obg-fizkultura.ru/konspekt-uroka-fizkulturyi-pryizhok-v-vyisotu-s-pryamogo-razbega.html> |
| 48 | Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах | 1 | 0 | 0 |  | <http://obg-fizkultura.ru/konspekt-uroka-fizkulturyi-pryizhok-v-vyisotu-s-pryamogo-razbega.html> |
| 49 | Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/125326-tehnologicheskaya-karta-uroka-hodba-po-gimnasticheskoy.html> |
| 50 | Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/125326-tehnologicheskaya-karta-uroka-hodba-po-gimnasticheskoy.html> |
| 51 | Передвижение равномерной ходьбой с наклонами туловища вперёд и стороны, разведением и сведением рук | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/125326-tehnologicheskaya-karta-uroka-hodba-po-gimnasticheskoy.html> |
| 52 | Бег с поворотами и изменением направлений | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/> |
| 53 | Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: группировка, кувырок | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/> |
| 54 | Сложно координированные беговые упражнения | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/conspect/> |
| 55 | Техника выполнения упражнений определенных двигательных умений и навыков: бега на короткие дистанции (30 м) | 1 | 0 | 0 |  | [www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/](http://www.edu.ruwww.school.edu.ruhttps://uchi.ru/) |
| 56 | Подвижные игры с приемами спортивных игр | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4315/conspect/> |
| 57 | Техника выполнения прыжка в группировке с полуповоротом всего тела толчком с двух ног. Техника выполнения прыжка с выбросом ноги вперед | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/conspect/> |
| 58 | Игры с приемами баскетбола | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6162/conspect/> |
| 59 | Приемы баскетбола: мяч среднему и мяч соседу | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/conspect/> |
| 60 | Техника выполнения упражнений для развития жизненно важных навыков и умений: повороты, равновесие | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4288/conspect/> |
| 61 | Туристические игры и спортивные эстафеты | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/conspect/> |
| 62 | Бросок мяча в колонне и неудобный бросок | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5749/conspect/> |
| 63 | Прием «волна» в баскетболе | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/23568-plan-konspekt-uroka-po-fizkulture-obuchenie-osnovam.html> |
| 64 | Прием «волна» в баскетболе. Игры с мячом. | 1 | 0 | 0 |  | <https://uchitelya.com/fizkultura/23568-plan-konspekt-uroka-po-fizkulture-obuchenie-osnovam.html> |
| 65 | Игры с приемами футбола: метко в цель | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/conspect/> |
| 66 | Основные организующие команды и приемы. Техника выполнения действий при строевых командах | 1 | 0 | 0 |  | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/conspect/> |
| 67 | Гонка мячей и слалом с мячом. Игры а свежем воздухе. | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/podvizhnaia-igra-gonka-miachei-po-krugu.html> |
| 68 | Спортивные эстафеты с элементами соревновательной деятельности без гимнастических предметов | 1 | 0 | 0 |  | <https://multiurok.ru/files/podvizhnaia-igra-gonka-miachei-po-krugu.html> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 0 |  | |