**Материалы для организации дистанционного обучения.**

**Физическая культура (1-4 классы)**

**1 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название урока** | **Ссылка на учебные материалы** |
| Режим дня | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/> |
| Знания о физических качествах | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/> |
| Знакомство с лёгкой атлетикой | <https://mosobr.tv/release/8004> |
| Правила безопасности на уроке лёгкой атлетики. Челночный бег | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5739/start/169041/> |
| Лёгкая атлетика: беговые упражнения | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/> |
| Лёгкая атлетика: прыжковые упражнения | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/> |
| Лёгкая атлетика: метание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: строевые упражнения, развитие гибкости | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4102/start/189523/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: вис на согнутых руках и кувырок вперед | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4192/start/61590/> |
| Преодоление полосы препятствий | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1420559> |
| Правила безопасности и возникновение подвижных игр | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4144/start/189765/> |
| Баскетбол | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4132/start/223883/> |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1433853> |
| Футбол | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5748/main/190435/> |
| Подвижные игры с элементами футбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1516393> |
| Подвижные игры с элементами легкой атлетики | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1521882> |
| Подвижные игры на развитие двигательной активности | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/> |
| Подвижные игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4237/start/223662/> |

**2 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| История спорта | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5751/start/223903/> |
| Первые Олимпийские игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5129/start/190521/> |
| Знания о физических упражнениях | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4193/start/224765/> |
| Физическое развитие человека | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/> |
| Лёгкая атлетика: совершенствование бега | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/> |
| Лёгкая атлетика: челночный бег как норматив ГТО | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6130/start/190654/> |
| Лёгкая атлетика: прыжки | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/> |
| Лёгкая атлетика: метание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: строевая подготовка | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4320/start/191322/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: вис и упоры, кувырок вперёд | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6160/start/223981/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: подтягивание на перекладине, кувырки | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6161/start/226184/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: акробатические упражнения, техника выполнения упражнений «мост», «стойка на лопатках» | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6171/start/191462/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: лазанье по гимнастической стенке | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4033/start/191577/> |
| Баскетбол: ловля и передача мяча | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/main/191939/> |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1433853> |
| Футбол: техника игры в футбол | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3502/start/191717/> |
| Подвижные игры с элементами футбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1516393> |
| Подвижные игры: старинные народные игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/> |

**3 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| История физической культуры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/> |
| Физическая нагрузка/упражнения | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/> |
| Общие знания о физической культуре | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4453/start/226239/> |
| Развитие мышц с помощью физических упражнений | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226290/> |
| Знакомство с лёгкой атлетикой | <https://mosobr.tv/release/8004> |
| Лёгкая атлетика: история происхождения | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/start/226262/> |
| Лёгкая атлетика: челночный бег | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/start/226581/> |
| Лёгкая атлетика: бег на короткие дистанции | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/start/193223/> |
| Лёгкая атлетика: метание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/> |
| Лёгкая атлетика: прыжки | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: история | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/start/193432/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: акробатические упражнения, техника выполнения упражнений «мост», «стойка на лопатках» | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/193485/> |
| Баскетбол: история игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/start/224225/> |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1433853> |
| Футбол: история игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/start/197401/> |
| Подвижные игры с элементами футбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1516393> |
| Волейбол: история игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/start/194017/> |
| Подвижные игры с элементами волейбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1518864> |

**4 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| История физической культуры в России | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/> |
| Физическая культура. Нагрузка и ЧСС | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186/start/194606/> |
| Физическая культура. Самоконтроль | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185/start/224375/> |
| Физическая культура. Безопасность на уроках физической культуры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/> |
| Знакомство с лёгкой атлетикой | <https://mosobr.tv/release/8004> |
| Лёгкая атлетика: бег на короткие дистанции | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3617/start/224459/> |
| Лёгкая атлетика: виды упражнений | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/4601/start/195018/> |
| Лёгкая атлетика: метание | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/> |
| Лёгкая атлетика: метание малого и большого мяча | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3603/start/224401/> |
| Лёгкая атлетика: прыжковые упражнения | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: упражнения комплексные | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6219/start/195338/> |
| Гимнастика с элементами акробатики: акробатические упражнения | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6215/start/195364/> |
| Баскетбол как вид спорта | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/> |
| Подвижные игры с элементами баскетбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1433853> |
| Волейбол: история игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6225/start/196076/> |
| Подвижные игры с элементами волейбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1518864> |
| Футбол: история игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/5174/start/225225/> |
| Подвижные игры с элементами футбола | <https://uchebnik.mos.ru/catalogue/material_view/lesson_templates/1516393> |
| История подвижных игр | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/> |
| Национальные подвижные игры | <https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/start/195311/> |