

Департамент социальной защиты населения г. Москвы

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

г. Москвы

Центр реабилитации и образования №7

ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Пр. № 1 от 20.06. 2024г.

Сальникова Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Зам директора по УВР

И.В.Рибелка

до меня 2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ ЦРО №7

С.А.Войтас

до меня 2024г.



**Рабочая программа
по физической культуре**

4 класс

(базовый уровень)

на 2024-2025 учебный год

Составитель:

Учитель ГБОУ ЦРО №7 г. Москвы

Сальникова Н.В.

2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в него практику современных подходов, новых методик и технологий.

Рабочая программа по физической культуре составлена с учетом Рабочей программы воспитания ГБОУ ЦРО №7.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя

информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В 4 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности. Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование. *Оздоровительная физическая культура.* Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах; солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с основами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Лёгкая атлетика. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди; ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача; приём и передача мяча сверху; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации 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.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

— 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

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании **четвёртого года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

— сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

— выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;

— объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

— взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

— использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;

— оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

— выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

— самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов;

— оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты

К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:

— объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

— осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

— приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

— приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом; характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;

— проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

— демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);

— демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

— демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

— выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

— выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

— демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору учащегося);

— выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.1.	Из истории развития физической культуры в России	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
1.2.	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
Итого по разделу		2			
2.1.	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
2.2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
2.3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	2	0	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
2.4.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	0	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
Итого по разделу		5			
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
3.2.	Закаливание организма	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info

Итого по разделу		2			
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	2	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	2	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорной прыжок	2	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической перекладине	2	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	5	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	4	0	4	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	4	1	3	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	5	0	5	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.10.	Модуль "Лыжная подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	2	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	18	0	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info

4.12.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.13.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	10	1	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.14.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	12	0	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	8	0	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
4.16.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	10	1	1	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
Итого по разделу		97			
5.1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	5	0	5	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.info
Итого по разделу		5			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	5	9	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**4 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
1.	История физической культуры и спорта России	1	0	0	http://school-collection.edu.ru и http://nachalka.info
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	0	
3	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	0	
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	0	
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	2	0	1	
6	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	1	
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1	0	1	
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	0	
9	Закаливание организма	1	0	0	
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0	0	

11	Правила самостоятельного разучивания акробатических комбинаций	1	0	0	http://school-collection.edu.ru http://nachalka.info
12	Способы самостоятельного обучения связкам акробатической комбинации № 1	1	0	0	
13	Техника выполнения акробатической комбинации № 2	1	0	0	
14	Техника опорного прыжка через гимнастического козла	1	0	0	
15	Техника опорного прыжка через гимнастического козла	1	0	0	
16	Техника выполнения висовна гимнастической перекладине	1	0	0	
17	Техника выполнения упорана гимнастической перекладине	1	0	0	
18	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	1	0	0	
19	Танцевальные упражнения	1	0	0	
20	Танцевальные упражнения	1	0	0	
21	Танцевальные упражнения	1	0	0	
22	Танцевальные упражнения	1	0	0	

23	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	0	http://school-collection.edu.ru http://nachalka.info	
24	Техника выполнения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1		
25	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1		
26	Подготовительные упражнения для самостоятельного освоения прыжка с разбега способом «перешагивания»	1	0	1		
27	Прыжок с разбега способом «перешагивания» на небольшую высоту.	1	0	1		
28	Беговые упражнения	1	1	0		
29	Беговые упражнения 1	1	0	1		
30	Беговые упражнения	1	0	1		
31	Беговые упражнения	1	0	1		
32	Техника выполнения метания малого мяча на дальность	1	0	1		
33	Техника выполнения метания малого мяча на дальность	1	0	1		
34	Подводящие упражнения для метания малого мяча на дальность	1	0	1		
35	Метание малого мяча на дальность	1	0	1		http://school-collection.edu.ru http://nachalka.info

36	Метание малого мяча на дальность	1	0	1	fo
37	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой. Лыжные гонки как вид спорта.	1	0	0	
38	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой. Предупреждение обморожения на уроках лыжной подготовки	1	0	0	
39	Техника одновременного одношажного лыжного хода	1	0	0	
40	Техника одновременного одношажного лыжного хода	1	0	0	
41	Комплексы подготовительных упражнений для обучения одновременному одношажному лыжному ходу	1	0	0	
42	Комплексы подготовительных упражнений для обучения одновременному одношажному лыжному ходу	1	0	0	
43	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения передвижению одновременным одношажному лыжному ходу	1	0	0	
44	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения передвижению одновременным одношажному лыжному ходу	1	0	0	
45	Способы самостоятельного освоения передвижения одновременного одношажного лыжного хода	1	0	0	

46	Способы самостоятельного освоения передвижения одновременного одношажного лыжного хода	1	0	0	
47	Передвижение одновременным одношажным лыжным ходом по учебной лыжне	1	0	0	
48	Передвижение одновременным одношажным лыжным ходом по учебной лыжне	1	0	0	
49	Передвижение одновременным одношажным лыжным ходом по учебной лыжне	1	0	0	
50	Техника передвижение одновременным одношажным лыжным ходом с равномерной скоростью	1	0	0	
51	Техника передвижение одновременным одношажным лыжным ходом с равномерной скоростью	1	0	0	
52	Техника перехода с одновременного одношажного хода на попеременный двушажный ход	1	0	0	
53	Техника перехода с одновременного одношажного хода на попеременный двушажный ход	1	0	0	
54	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения переходу с одновременного одношажного хода на попеременный двушажный ход	1	0	0	
55	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения переходу с одновременного одношажного хода на	1	0	0	

	попеременный двушажный ход				
56	Передвижение одновременным одношажным лыжным ходом по учебной лыжне	1	0	1	
57	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0	0	
58	Теория игры. Характеристика подвижных игр.	1	0	1	
58	Методика проведения подвижных игр.	1	1	0	
60	Подвижные игры в системе физического воспитания и спорта.	1	0	0	
61	Соревновательная деятельность в спортивных играх и система соревнований.	1	0	0	
62	Официальные правила игры и организация	1	0	0	
63	Подвижные игры общефизической подготовки	1	0	0	
64	Подвижные игры общефизической подготовки «Светофор», «Переправа»	1	0	0	
65	Подвижные игры общефизической подготовки «Бег командами», «День и ночь»	1	0	0	
66	Подвижные игры общефизической подготовки «Сумей догнать», «Быстро шагай»	1	0	0	http://school-collection.edu.ru http://nachalka.info

67	Подвижные игры общефизической подготовки «Пятнашки по кругу», «Падающая палка»	1	0	0	
68	Технические действия игры волейбол. Техника выполнения нижней боковой подачи в волейболе	1	0	0	
69	Техника выполнения нижней боковой подачи в волейболе	1	0	0	
70	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения выполнения нижней боковой подачи	1	0	0	
71	Способы самостоятельного освоения техники выполнения нижней боковой подачи	1	0	0	
72	Выполнение нижней боковой подачи через сетку в разные зоны волейбольной площадки	1	0	0	
73	Техника приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	0	0	
74	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	0	0	
75	Способы самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	0	0	
76	Техника приема и передачи мяча двумя руками в движении приставными шагами	1	0	0	
77	Способы самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками в движении приставными шагами	1	0	0	http://school- collection.edu.ru http://nachalka.in fo

78	Техника передачи волейбольного мяча через сетку	1	0	0	
79	Способ самостоятельного обучения передачи волейбольного мяча через сетку	1	0	0	
80	Технические действия игры баскетбол. Техника броска мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	0	0	
81	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	0	0	
82	Способы самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	0	0	
83	Бросок мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли	1	0	0	
84	Способы самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли	1	0	0	
85	Передача мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами	1	0	0	
86	Способы самостоятельного обучения технике передачи мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами	1	0	0	
87	Техника ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении	1	0	0	
88	Технические действия игры в футбол. Техника остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте	1	0	0	http://school-collection.edu.ru http://nachalka.info

89	Способы самостоятельного освоения техники остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте	1	0	0	
90	Техника передачикатящегося мяча	1	0	0	
92	Способы самостоятельного освоения техники передачи катящегося мяча	1	0	0	
93	Техника передачи мяча во время его ведения	1	0	0	
94	Способы самостоятельного освоения техники передачи мяча во время его ведения	1	0	0	
95	Техника удара по неподвижному мячу сразбега, внутренней стороной стопы	1	0	0	
96	Способы самостоятельного освоения техники удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы	1	0	0	
97	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створворот	1	1	0	
98	Способы самостоятельного освоения техники удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створ ворот	1	0	0	
99	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	
100	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	http://school-collection.edu.ru http://nachalka.info

101	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	
102	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	1	0	1	

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	5	9
----------------------------------------	-----	---	---

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2016.- 64 с.
2. Физическая культура. 1-4 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 190 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://school-collection.edu.ru><http://nachalka.info>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО

ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

компьютерный стол Ноутбук учителя, Проектор

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая жесткая Мат гимнастический прямой Бревно гимнастическое напольное

Перекладина гимнастическая пристенная Канат для лазания

Перекладина навесная универсальная Тренажер навесной для пресса

Мяч для метания

Набор для подвижных игр

Комплект для проведения спортивных мероприятий

Комплект судейский

Ботинки для лыж Лыжи

Лыжные палки

Стойки волейбольные с волейбольной сеткой. Ворота для мини-футбола складные

Мяч баскетбольный Мяч футбольный Мяч волейбольный