

.**Пояснительная записка**

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 окончанию 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 | | | Дата изучения | Виды деятельности | Виды, формы контроля | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
| всего | контрольные работы | практические работы |
| Раздел 1. Знания о физической культуре | | | | | | | | |
| 1.1. | Из истории развития физической культуры в России | 1 | 0 | 0 |  | обсуждают развитие физической культуры в средневековой России, устанавливают особенности проведения популярных среди народа состязаний;;  обсуждают и анализируют особенности развития физической культуры во времена Петра I и его соратников, делают выводы о её связи с физической подготовкой будущих солдат —защитников Отечества;; | Устный опрос; | <http://pculture.ru/> |
| 1.2. | Из истории развития национальных видов спорта | 1 | 0 | 0 |  | знакомятся и обсуждают виды спорта народов, населяющих Российскую Федерацию, находят в них общие признаки и различия, готовят небольшой доклад (сообщение) о развитии национальных видов спорта в своей республике, области, регионе; | Устный опрос; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| Итого по разделу | | 2 |  | | | | | |
| Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности | | | | | | | | |
| 2.1. | Самостоятельная физическая подготовка | 1 | 0 | 0 |  | обсуждают содержание и задачи физической подготовки школьников, её связь с укреплением здоровья, подготовкой к предстоящей жизнедеятельности;;  обсуждают и анализируют особенности организации занятий физической подготовкой в домашних условиях; | Устный опрос; | https://resh.edu.ru/ |
| 2.2. | Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма | 1 | 0 | 0 |  | выполняют мини-исследование по оценке тяжести физической нагрузки по показателям частоты пульса (работа в парах):; | Тестирование; | https://sferum.ru/ |
| 2.3. | Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности | 1 | 0 | 0 |  | составляют таблицу наблюдений за результатами измерения показателей физического развития и физической подготовленности по учебным четвертям (триместрам) по образцу;;  измеряют показатели физического развития и физической подготовленности, сравнивают результаты измерения индивидуальных показателей с таблицей возрастных стандартов;; | Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 2.4. | Оказание первой помощи на занятиях физической культурой | 1 | 0 | 0 |  | разучивают правила оказания первой помощи при травмах и ушибах, приёмы и действия в случае их появления (в соответствии с образцами учителя):; | Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| Итого по разделу | | 4 |  | | | | | |
| ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ | | | | | | | | |
| Раздел 3. Оздоровительная физическая культура | | | | | | | | |
| 3.1. | Упражнения для профилактики нарушения осанки | 1 | 0 | 0 |  | выполняют комплекс упражнений на расслабление мышц спины:; | Зачет; | https://sferum.ru/ |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.2. | Закаливание организма | 1 | 0 | 0 |  | разучивают правила закаливания во время купания в естественных водоёмах, при проведении воздушных и солнечных процедур, приводят примеры возможных негативных последствий их нарушения;;  обсуждают и анализируют способы организации, проведения и содержания процедур закаливания; | Устный опрос; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| Итого по разделу | | 2 |  |  |  |  |  |  |
| Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура | | | | | | | | |
| 4.1. | Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений | 2 |  |  |  | 6 обсуждают возможные травмы при выполнении гимнастиче- ских и акробатических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения травм;  6 разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях | Устный опрос;  Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.2. | Модуль "Гимнастика с основами акробатики".  Акробатическая комбинация | 2 |  |  |  | обсуждают правила составления акробатической комбинации, последовательность самостоятельного разучивания акробати- ческих упражнений; | Устный опрос; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.3. | Модуль "Гимнастика с основами акробатики".  Опорной прыжок | 3 |  |  |  | наблюдают и обсуждают образец техники выполнения опорно- го прыжка через гимнастического козла напрыгиванием, выделяют его основные фазы и анализируют особенности их | Устный опрос;  Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.4. | Модуль "Гимнастика с основами акробатики".  Упражнения на гимнастической перекладине | 3 |  |  |  | знакомятся с понятиями «вис» и «упор», выясняют отличи- тельные признаки виса и упора, наблюдают за образцами их выполнения учителем;  6 знакомятся со способами хвата за гимнастическую переклади- ну, определяют их назначение при выполнении висов  и упоров (вис сверху, снизу, разноимённый); | Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.5. | Модуль "Гимнастика с основами акробатики".  Танцевальные упражнения | 1 |  |  |  | наблюдают и анализируют образец танца «Летка-енка», выделяют особенности выполнения его основных движений;  6 разучивают движения танца, стоя на месте: | Устный опрос;  Практическая работа; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| 4.6. | Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой | 1 |  |  |  | обсуждают возможные травмы при выполнении легкоатлети- ческих упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреж- дения (при выполнении беговых и прыжковых упражнений, бросках и метании спортивных снарядов);  6 разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях лёгкой атлетикой | Устный опрос; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| 4.7. | Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой | 3 |  |  |  | способом перешагивания, выделяют его основные фазы и описывают технику их выполнения (разбег, отталкивание, полёт и приземление);  6 выполняют подводящие упражнения для освоения техники прыжка в высоту способом перешагивания | Устный опрос;  Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.8. | Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения | 3 |  |  |  | наблюдают и обсуждают образец бега по соревновательной дистанции, обсуждают особенности выполнения его основных технических действий;  6 выполняют низкий старт в последовательности команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»; | Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.9. | Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность | 2 |  |  |  | наблюдают и анализируют образец метания малого мяча на дальность с места, выделяют его фазы и описывают технику их выполнения;  6 разучивают подводящие упражнения к освоению техники метания малого мяча на дальность с места: | Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.10. | Модуль "Лыжная подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой | 9 | 0 | 0 |  | 6 обсуждают возможные травмы при выполнении упражнений лыжной подготовки, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения (при выполнении спусков, подъёмов и поворотов);  6 разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях лыжной подготовкой | Устный опрос; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.11. | Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 9 | 0 | 0 |  | наблюдают и анализирую образец передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом, сравнивают его с разу- ченными способами передвижения и находят общие и отличи- тельные особенности, выделяют основные фазы в технике передвижения;  6 выполняют имитационные упражнения в передвижении на лыжах (упражнение без лыж и палок);  6 выполняют скольжение с небольшого склона, стоя на лыжах и одновременно отталкиваясь палками;  6 выполняют передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации | Устный опрос;  Практическая работа; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| 4.12. | Модуль "Плавательная подготовка". Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне | 1 | 0 | 0 |  | обсуждают возможные травмы при выполнении плавательных упражнений в бассейне, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения;; | Устный опрос;  Практическая работа; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| 4.13. | Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка | 1 | 0 | 0 |  | наблюдают образец техники плавания кролем на груди, анализирую и уточняют отдельные её элементы и способы их выполнения;; | Устный опрос; | http://www.fizkult- ura.ru/ |
| 4.14. | Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми | 2 | 0 | 0 |  | обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения;;  разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях подвижными и спортивными играми; | Устный опрос;  Практическая работа; | <http://pculture.ru/> |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.15. | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Подвижные игры общефизической подготовки | 2 | 0 | 0 |  | разучивают правила подвижных игр, способы организации и подготовку мест проведения;;  совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия из подвижных игр;;  самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры; | Устный опрос; Практическая работа; | https://sferum.ru/ |
| 4.16. | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Технические действия игры волейбол | 4 | 0 | 0 |  | наблюдают и анализируют образец нижней боковой подачи, обсуждают её фазы и особенности их выполнения;;  выполняют подводящие упражнения для освоения техники нижней боковой подачи:; | Устный опрос; Зачет;  Практическая работа; | https://sferum.ru/ |
| 4.17. | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Технические действия игры баскетбол | 4 | 0 | 0 |  | наблюдают и анализируют образец броска мяча двумя руками от груди, описывают его выполнение с выделением основных фаз движения;; выполняют подводящие упражнения и технические действия игры баскетбол:; | Устный опрос; Зачет;  Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| 4.18. | Модуль "Подвижные и спортивные игры".  Технические действия игры футбол | 4 | 0 | 0 |  | наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения;;  разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи;;  разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки;; выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности; | Устный опрос; Зачет;  Практическая работа; | https://resh.edu.ru/ |
| Итого по разделу | | 56 |  | | | | | |
| Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура | | | | | | | | |
| 5.1. | Рефлексия: демонстрирация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 4 | 0 | 0 |  | демонстрирование приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; | Зачет; Практическая работа; Тестирование; | https://resh.edu.ru/ |
| Итого по разделу | | 4 |  | | | | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 0 |  | | | |

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема урока | Кол-во часов | Дата  по плану | Дата  по факту | Виды,формы контроля |
| 1. | Из истории развития физической культуры в России | 1 | 02.09 |  | Устный опрос |
| 2. | Из истории развития национальных видов спорта | 1 | 06.09 |  | Устный опрос |
| 3. | Самостоятельная физическая подготовка | 1 | 09.09 |  | Практическая работа |
| 4. | Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма | 1 | 13.09 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 5. | Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности | 1 | 16.09 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 6. | Оказание первой помощи на занятиях физической культурой | 1 | 20.09 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 7. | Упражнения для профилактики нарушения осанки | 1 | 23.09 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 8. | Закаливание организма | 1 | 27.09 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 9. | Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений | 1 | 30.09 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 10. | Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений | 1 | 04.10 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 11. | Акробатическая комбинация | 1 | 07.10 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 12. | Акробатическая комбинация | 1 | 11.10 |  | Практическая работа |
| 13. | Акробатическая комбинация | 1 | 14.10 |  | Практическая работа |
| 14. | Акробатическая комбинация |  | 18.10 |  | Практическая работа |
| 15. | Опорной прыжок | 1 | 21.10 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 16. | Опорной прыжок | 1 | 25.10 |  | Практическая работа |
| 17. | Опорной прыжок | 1 | 28.10 |  | Практическая работа |
| 18. | Опорной прыжок |  | 8.11 |  | Практическая работа |
| 19. | Упражнения на гимнастической перекладине | 1 | 11.11 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 20. | Упражнения на гимнастической перекладине | 1 | 15.11 |  | Практическая работа |
| 21. | Упражнения на гимнастической перекладине | 1 | 18.11 |  | Практическая работа |
| 22. | Танцевальные упражнения | 1 | 22.11 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 23. | Танцевальные упражнения | 1 | 25.11 |  | Практическая работа |
| 24. | Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой | 1 | 29.11 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 25. | Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой | 1 | 02.12 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 26. | Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой | 1 | 06.12 |  | Практическая работа |
| 27. | Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой | 1 | 09.12 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 28. | Беговые упражнения | 1 | 13.12 |  | Устный опрос Практическая работа |
| 29. | Беговые упражнения | 1 | 16.12 |  | Практическая работа |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 30. | Беговые упражнения | 1 |  |  | 20.12 | Практическая работа |
| 31. | Беговые упражнения |  |  |  | 23.12 | Практическая работа |
| 32. | *.* Метание малого мяча на дальность | 1 |  |  | 27.12 | Устный опрос Практическая работа |
| 33. | Метание малого мяча на дальность | 1 |  |  | 30.12 | Практическая работа |
| 34. | Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой | 1 |  |  | 10.01 | Устный опрос Практическая работа |
| 35. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 13.01 | Устный опрос Практическая работа |
| 36. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 17.01 | Практическая работа |
| 37. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 20.01 | Практическая работа |
| 38. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 24.01 | Практическая работа |
| 39. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 27.01 | Практическая работа |
| 40. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 03.02 | Практическая работа |
| 41. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 07.02 | Практическая работа |
| 42. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 10.02 | Практическая работа |
| 43. | Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 1 |  |  | 14.02 | Практическая работа |
| 44. | Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне | 1 |  |  | 17.02 | Устный опрос |
| 45. | Плавательная подготовка | 1 |  |  | 21.02 | Устный опрос |
| 46. | Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми | 1 |  |  | 28.02 | Практическая работа |
| 47. | Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми | 1 |  |  | 03.03 | Практическая работа |
| 48. | Подвижные игры общефизической подготовки | 1 |  |  | 07.03 | Устный опрос |
| 49. | Подвижные игры общефизической подготовки | 1 |  |  | 10.03 | Устный опрос Практическая работа |
| 50. | Технические действия игры волейбол | 1 |  |  | 14.03 | Устный опрос Практическая работа |
| 51. | Технические действия игры волейбол | 1 |  |  | 17.03 | Устный опрос Практическая работа |
| 52. | Технические действия игры волейбол | 1 |  |  | 21.03 | Практическая работа |
| 53. | Технические действия игры волейбол | 1 |  |  | 24.03 | Практическая работа |
| 54. | Технические действия игры волейбол | 1 |  |  | 04.04 | Практическая работа |
| 55. | Технические действия игры баскетбол | 1 |  |  | 07.04 | Устный опрос Практическая работа |
| 56. | Технические действия игры баскетбол | 1 |  |  | 11.04 | Устный опрос Практическая работа |
| 57. | Технические действия игры баскетбол | 1 |  |  | 14.04 | Практическая работа |
| 58. | Технические действия игры баскетбол | 1 |  |  | 18.04 | Практическая работа |
| 59. | Технические действия игры баскетбол | 1 |  |  | 21.04 | Практическая работа |
| 60. | Технические действия игры футбол | 1 |  |  | 25.04 | Устный опрос Практическая работа |
| 61. | Технические действия игры футбол | 1 |  |  | 28.04 | Устный опрос Практическая работа |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 62. | Технические действия игры футбол | 1 |  |  | 02.05 | Практическая работа |
| 63. | Технические действия игры футбол | 1 |  |  | 05.05 | Практическая работа |
| 64. | Технические действия игры футбол | 1 |  |  | 12.05 | Практическая работа |
| 65. | Рефлексия: демонстрирация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |  | 16.05 | Практическая работа |
| 66. | Рефлексия: демонстрирация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |  | 19.05 | Зачет |
| 67. | Рефлексия: демонстрирация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |  | 23.05 | Практическая работа |
| 68. | Рефлексия: демонстрирация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | 1 |  |  | 26.05 | Практическая работа |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 |  |  | | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура. Футбол для всех, 1-4 класс/Погадаев Г.И.; под редакцией Акинфеева И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Физическая культура, 3 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

[http://school-collection.edu.ru/catalog/,](http://school-collection.edu.ru/catalog/) Рабочие программы. Физическая культура. Предметная линия учебников В. И. Ляха – М.: Просвещение, 2011 г.;

Физическая культура: учебн. Для учащихся 1-4 кл. нач. шк./ В.И.Лях. – 13-е изд. – М.: Просвещение, 2012. – 190 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

[https://resh.edu.ru/,http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1,](http://cnit.ssau.ru/do/articles/fizo/fizo1) [http://school-collection.edu.ru,](http://school-collection.edu.ru/) [http://www.openclass.ru,](http://www.openclass.ru/) <http://spo.1september.ru/urok>