

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет по образованию Псковской области

Администрация Опочецкого района

МБОУ "Центр образования Опочецкого района

РАССМОТРЕНО
Методическим объединением
учителей физической культуры

Руководитель МО: Исакова М.А.
_____Исакова М.А

Протокол №

от "" 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор Центра образования
Опочецкого района

Дмитриева С.Ю.

_____Дмитриева С.Ю.

Приказ

№ 319 – ОД
от
30.08.2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 1720193)

учебного предмета
«Физическая культура»

для 4 класса начального общего образования
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Кара Валерий Михайлович, Исакова Мария Анатольевна, Ксенофонтова Светлана Ивановна, Платонова Людмила Александровна, Андреева Маргарита Васильевна
Учитель физической культуры

г.Опочка 2022

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 его практику современных подходов, новых методик и технологий.

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 и 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 2 часа в неделю, суммарно 68 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 ошибках;
- 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			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	0.5				обсуждают развитие физической культуры в средневековой России, устанавливают особенности проведения популярных среди народа состязаний;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7436/start/314028/
1.2.	Из истории развития национальных видов спорта	0.5				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;	
Итого по разделу		1						
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности								
2.1.	Самостоятельная физическая подготовка	0.5				обсуждают содержание и задачи физической подготовки школьников, её связь с укреплением здоровья, подготовкой к предстоящей жизнедеятельности;;	Устный опрос;	
2.2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	0.5				обсуждают работу сердца и лёгких во время выполнения физических нагрузок, выявляют признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на развитие систем дыхания и кровообращения;;	Устный опрос;	
2.3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	0.5				составляют таблицу наблюдений за результатами измерения показателей физического развития и физической подготовленности по учебным четвертям (триместрам) по образцу;;	Практическая работа;	
2.4.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	0.5				разучивают правила оказания первой помощи при травмах и ушибах, приёмы и действия в случае их появления (в соответствии с образцами учителя);;	Практическая работа;	
Итого по разделу		2						
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура								
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	0.5				выполняют комплекс упражнений на расслабление мышц спины;;	Практическая работа;	
3.2.	Закаливание организма	0.5				разучивают правила закаливания во время купания в естественных водоёмах, при проведении воздушных и солнечных процедур, приводят примеры возможных негативных последствий их нарушения;;	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7442/start/309247/
Итого по разделу		1						

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура								
4.1.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1				обсуждают возможные травмы при выполнении легкоатлетических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения (при выполнении беговых и прыжковых упражнений, бросках и метании спортивных снарядов);	Практическая работа;	
4.2.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	8	3			выполняют низкий старт в последовательности команд «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;	Контрольная работа;	
4.3.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	3	1			разучивают подводящие упражнения к освоению техники метания малого мяча на дальность с места;	Контрольная работа;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/
4.4.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях подвижными и спортивными играми;	Устный опрос;	
4.5.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической подготовки	7		1		разучивают правила подвижных игр, способы организации и подготовку мест проведения;	Практическая работа;	
4.6.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1				разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях;	Устный опрос;	
4.7.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	5		1		разучивают упражнения акробатической комбинации (примерные варианты);	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/start/263071/
4.8.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорный прыжок	3		1		выполнения (разбег, напрыгивание, опора на руки и переход в упор стоя на коленях, переход в упор присев, прыжок толчок двумя ногами прогнувшись, приземление);	Практическая работа;	
4.9.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической перекладине	3		1		выполняют висы на низкой гимнастической перекладине с разными способами хвата (висы стоя на согнутых руках; лёжа согнувшись и сзади; присев и присев сзади);	Практическая работа;	
4.10.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	3		1		разучивают движения танца, стоя на месте;	Практическая работа;	
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1				обсуждают возможные травмы при выполнении упражнений лыжной подготовки, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения (при выполнении спусков, подъёмов и поворотов);	Устный опрос;	
4.12.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	3		1		выполняют имитационные упражнения в передвижении на лыжах (упражнение без лыж и палок);	Практическая работа;	
4.13.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	4		3		выполняют подводящие упражнения для освоения техники нижней боковой подачи;	Практическая работа;	

4.14.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	5		2		выполняют подводящие упражнения и технические действия игры баскетбол;;	Практическая работа;	
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	4		2		разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи;;	Практическая работа;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/262701/
4.16.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	3	1			выполняют подводящие упражнения для освоения техники прыжка в высоту способом перешагивания;;	Контрольная работа;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/
4.17.	Модуль "Плавательная подготовка". Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	0.5				разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях плавательной подготовкой;	Устный опрос;	
4.18.	Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка	0.5				выполняют упражнения по совершенствованию техники плавания кролем на груди;;	Практическая работа;	
Итого по разделу		56						
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
5.1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	8	1			демонстрирование приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО;	Контрольная работа;	
Итого по разделу		8						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	13				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Беседа о истории развития физической культуры в России. ТБ на уроках физкультуры. Подвижные игры.	1				Устный опрос;
2.	История развития национальных видов спорта. Тестирование - прыжок в длину с места. Подготовка к ГТО.	1				Практическая работа;
3.	Самостоятельная физическая подготовка. Тестирование: бег 30м. подготовка к ГТО.	1				Тестирование;
4.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма. Тестирование: Подъем туловища 1мин. Подготовка к ГТО	1				Тестирование;
5.	Оценка годовой динамики показателей физического развития. Тестирование: наклон из положения стоя. Подготовка к ГТО.	1		1		Тестирование;
6.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой. Тестирование : бросок набивного мяча.	1				Тестирование;
7.	Упражнения для профилактики нарушения осанки. Тестирование челночный бег 3x10м	1		1		Практическая работа;

8.	Упражнения для профилактики нарушения осанки. Тестирование: подтягивание(м), отжимание(д)	1				Тестирование;
9.	Лёгкая атлетика. ТБ на уроках легкой атлетики. Развитие скоростных качеств. СБУ.	1				Практическая работа;
10.	Развитие скоростных качеств. Бег 20 м, 30м	1				Практическая работа;
11.	Развитие скоростных качеств. Бег 20 м, 30м. Метание мяча в даль.	1				Практическая работа;
12.	Бег 30 м	1	1			Контрольная работа;
13.	Метание мяча вдаль с места. Прыжок в длину с места.	1				Практическая работа;
14.	Метание мяча вдаль с 3-х шагов. Прыжок в длину с места.	1				Практическая работа;
15.	Метание мяча вдаль с 3-х шагов. Прыжок в длину с места.	1				Практическая работа;
16.	Метание мяча в даль с 3-х шагов.	1	1			Контрольная работа;
17.	Прыжок в длину с места. Бег в среднем темпе 500-600м	1				Практическая работа;
18.	Прыжок в длину с места	1	1			Контрольная работа;
19.	Бег в среднем темпе: 800-1000м	1				Практическая работа;
20.	Бег 1000м	1	1			Контрольная работа;

21.	Подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на уроках по подвижным играм. Разучивание правил. Способы организации. Игры.	1				Практическая работа;
22.	Совершенствование ранее разученных физических упражнений из подвижных игр. Игра « Народный мяч».	1				Практическая работа;
23.	Совершенствование ранее разученных физических упражнений из подвижных игр. Игра « Народный мяч».	1				Практическая работа;
24.	Совершенствование ранее разученных физических упражнений из подвижных игр. Игра « Народный мяч».	1				Практическая работа;
25.	Совершенствование ранее разученных физических упражнений из подвижных игр. Игра « Народный мяч».	1				Практическая работа;
26.	Совершенствование ранее разученных физических упражнений из подвижных игр. Игра « Народный мяч».	1		1		Практическая работа;
27.	Упражнения круговой тренировки. Эстафеты с предметами.	1				Практическая работа;
28.	Веселые старты.	1		1		Практическая работа;
29.	Гимнастика с основами акробатики. ТБ на уроках гимнастики. Перекаты назад в группировке. Стойка на лопатках перекатом назад	1				Практическая работа;
30.	Стойка на лопатках, кувырок вперед.	1				Практическая работа;
31.	Стойка на лопатках, кувырок вперед.	1		1		Практическая работа;

32.	Кувырок вперед-назад. Упражнение «мост».	1				Практическая работа;
33.	Кувырок вперед - назад. Упражнение «мост»	1				Практическая работа;
34.	Кувырок вперед - назад. Упражнение «мост»	1		1		Практическая работа;
35.	ТБ при выполнении опорного прыжка. Опорный прыжок – на колени – в упор присев	1				Устный опрос;
36.	Опорный прыжок - в упор присев, соскок прогнувшись.	1				Практическая работа;
37.	Опорный прыжок - в упор присев, соскок прогнувшись	1		1		Практическая работа;
38.	Понятие «вис и упор». Практическое выполнение.	1				Практическая работа;
39.	Висы и упор с разными захватами. Практическое выполнение	1				Практическая работа;
40.	Разучивание упражнения на низкой перекладине	1				Практическая работа;
41.	Знакомство с танцем «летка – енка».	1				Практическая работа;
42.	Закрепление движений танца «Летка – енка»	1				Практическая работа;
43.	Танец «Летка – енка»	1		1		Практическая работа;
44.	Лыжная подготовка. Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой. Анализ способа передвижения на лыжах.	1				Практическая работа;
45.	Имитация стоек при спуске, одношажного – одновременного хода.	1				Практическая работа;

46.	Имитация одношажного – одновременного, попеременного – двушажного	1				Практическая работа;
47.	Имитация одношажного – одновременного, попеременного – двушажного хода.	1		1		Практическая работа;
48.	Подвижные и спортивные игры. ТБ на уроках баскетбола Ведение мяча на месте, в движении шагом.	1				Устный опрос;
49.	Ведение мяча на месте, в движении шагом, в движении бегом.	1				Практическая работа;
50.	Передача мяча на месте и в движении в парах.	1				Практическая работа;
51.	Ведение мяча на месте, в движении правой – левой рукой.	1		1		Практическая работа;
52.	Игра «Баскетбол» по упрощенным правилам.	1				Практическая работа;
53.	Волейбол. ТБ на уроках волейбола. Нижняя боковая подача. Передача мяча двумя руками сверху.	1				Устный опрос;
54.	Прием и передача мяча двумя руками сверху над собой стоя и в движении.	1				Практическая работа;
55.	Прием и передача мяча двумя руками сверху в парах	1				Практическая работа;
56.	Прием и передача мяча двумя руками сверху в парах	1		1		Практическая работа;
57.	Футбол. ТБ на уроках по футболу. Ведение мяча	1				Устный опрос;
58.	Ведение мяча, остановка катящего мяча внутренней стороной стопы.	1				Практическая работа;

59.	Удар мяча с двух шагов после остановки	1				Практическая работа;
60.	Выполнение технических действий игры в условиях игровой деятельности	1		1		Практическая работа;
61.	Легкая атлетика. ТБ на уроках легкой атлетики Прыжок в высоту способом перешагивания	1				Устный опрос;
62.	Прыжок в высоту способом перешагивания. Подготовка к ГТО – бег 6 мин	1				Практическая работа;
63.	Прыжок в высоту способом перешагивания Подготовка к ГТО – бег 6 мин	1		1		Практическая работа;
64.	Плавание. ТБ на уроках плавания. Возможные травмы. иллюстрация обучающего видеоролика.	1				Устный опрос;
65.	Подготовка к ГТО. Бег 30 м	1	1			Практическая работа;
66.	Подготовка к ГТО. Бег 1000м	1	1			Практическая работа;
67.	Подготовка к ГТО.	1				Практическая работа;
68.	Обобщающий урок. подведение итогов учебного года	1				Устный опрос;
69.						
70.						
71.						
72.						
73.						
74.						
75.						
76.						
77.						

78.						
79.						
80.						
81.						
82.						
83.						
84.						
85.						
86.						
87.						
88.						
89.						
90.						
91.						
92.						
93.						
94.						
95.						
96.						
97.						
98.						
99.						
100.						
101.						
102.						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	6	13		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 3-4 класс/Шишкина А.В., Алимбиева О.П., Бисеров В.В., Издательство «Академкнига/Учебник»;

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

