

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

## ЛГ МАОУ "СОШ № 3 "

РАССМОТРЕНО  
Руководителем ШМО  
\_\_\_\_\_И.Р. Базановым  
Протокол ШМО № 1  
от 28.08.2024 г.

СОГЛАСОВАНО  
Председателем  
педагогического совета  
Ф.А.Дагли  
Протокол ПС № 1  
от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директором  
Ф.А.Дагли  
Приказ № 1  
от 30.08.2024 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1654642)

**учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)**

для обучающихся 4А,4Б,4В,4Г класса(ТНР-5.1)

Педагог: Лебедев Александр Николаевич

город Лангепас 2024



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом 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 по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников 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 обучающихся. 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 обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

*В классе обучаются 2 ученика с особенностями развития ТНР 5.1,5.2 которые осваивают адаптированную образовательную программу. Вариант 5.1 предназначается для обучающихся с фонетико-фонематическим или фонетическим недоразвитием речи (дислалия; легкая степень выраженности дизартрии, заикания; ринолалия), обучающихся с общим недоразвитием речи III - IV уровней речевого развития различного генеза (например, при минимальных дизартрических расстройствах, ринолалии и т.п.), у которых имеются нарушения всех компонентов языка; для обучающихся с нарушениями чтения и письма.*

*С учетом особенностей развития осуществляется подбор заданий с посильным уровнем сложности, отводится достаточно времени на выполнение задания, осуществляется индивидуальная работа как в классе, так и индивидуальные консультации. Применяются следующие виды учебной деятельности: (Слушание объяснения учителя, работа с литературой, просмотр учебных фильмов, анализ проблемной ситуации, работа с раздаточным материалом, выполнение практических работ).*

**Организация занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья** (специальные медицинские группы и освобождённые). С целью совершенствования физического воспитания учащихся общеобразовательных организаций, имеющих проблемы в состоянии здоровья, их приобщения к регулярным занятиям физической культурой с учетом физиологических особенностей их развития, рекомендуется осуществлять дифференцированный подход к учету достижений, учащихся на уроках физической культуры (письмо Минобрнауки России от 31.10. 2003 г. № 13-51-263/123). При проведении занятий учителю физической культуры необходимо

*использовать методические рекомендации Министерства образования и науки РФ № МД-583/19 от 30.05.2012 г.*

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся 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 обучающихся, 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 обучающихся 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 являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися 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 обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся 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 программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. 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.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет в 4 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 4 КЛАСС

#### *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 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 в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- 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 универсальные учебные действия:**

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



- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

#### **Регулятивные универсальные учебные действия:**

- 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**

### **4 КЛАСС**

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- 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 обучающегося);
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Наименованиеразделов и темпрограммы	Количествочасов			Электронные (цифровые) образовательныересурсы
		Всего	Контрольныеработы	Практическиеработы	
<b>Раздел 1.Знания о физической культуре</b>					
1.1	Знания о физическойкультуре	2			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>Раздел 2.Способысамостоятельнойдеятельности</b>					
2.1	Самостоятельнаяфизическаяподготовка	3			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>					
<b>Раздел 1.Оздоровительнаяфизическаякультура</b>					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
1.2	Закаливаниеорганизма	1			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>Раздел 2.Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1	Гимнастика с основамиакробатики	14			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.2	Легкаяатлетика	9			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.3	Лыжнаяподготовка	12			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.5	Подвижные и спортивныеигры	16			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	8			Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	0	0	
-------------------------------------	----	---	---	--



## 4 КЛАСС

№ п/п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения				Электронныеци фровыеобразова тельныересурсы
		Вс его	Контро льные работы	Практи ческие работы	4а	4б	4в	4г	
1.	Из истории развития физической культуры в России	1			02.09.2024	03.09.2024	03.09.2024	02.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1			04.09.2024	06.09.2024	06.09.2024	04.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
3.	Самостоятельная физическая подготовка	1			09.09.2024	10.09.2024	10.09.2024	09.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			11.09.2024	13.09.2024	13.09.2024	11.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			16.09.2024	17.09.2024	17.09.2024	16.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
6.	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			18.09.2024	20.09.2024	20.09.2024	18.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7.	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			23.09.2024	24.09.2024	24.09.2024	23.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
8.	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			25.09.2024	27.09.2024	27.09.2024	25.09.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
9.	Закаливание организма	1			30.10.2024	01.10.2024	01.10.2024	30.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

10.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			02.10.2024	04.10.2024	04.10.2024	02.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
11.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			07.10.2024	08.10.2024	08.10.2024	07.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
12.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			09.10.2024	11.10.2024	11.10.2024	09.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
13.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			14.10.2024	15.10.2024	15.10.2024	14.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
14.	Беговые упражнения	1			16.10.2024	18.10.2024	18.10.2024	16.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
15.	Беговые упражнения	1			21.10.2024	22.10.2024	22.10.2024	21.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
16.	Метание малого мяча на дальность	1			23.10.2024	25.10.2024	25.10.2024	23.10.2024	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
17.	Метание малого мяча на дальность	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
18.	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
19.	Акробатическая комбинация	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
20.	Акробатическая комбинация	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
21.	Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега	1							Российская электронная школа

	способом напрыгивания								<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
22.	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
23.	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
24.	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
25.	Обучение опорному прыжку	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
26.	Обучение опорному прыжку	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
27.	Упражнения на гимнастической перекладине	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
28.	Упражнения на гимнастической перекладине	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
29.	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
30.	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
31.	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
32.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

33.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
35.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
36.	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
37.	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
38.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
39.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
40.	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
41.	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
42.	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
43.	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>



44.	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
45.	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
46.	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
47.	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
48.	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
49.	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
50.	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
51.	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
52.	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
53.	Упражнения из игры волейбол	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
54.	Упражнения из игры волейбол	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
55.	Упражнения из игры баскетбол	1							Российская электронная школа

								<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
56.	Упражнения из игры баскетбол	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
57.	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
58.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 30м. Эстафеты	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
59.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 30м. Эстафеты	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
60.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бегна 1000м	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
61.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
62.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
63.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
64.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения	1						Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

	стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры								
65.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
66.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
67.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
68.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1							Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0					

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 3-4 классы/ Барышников В.Я., Белоусов А.И.; под редакцией Виленского М.Я., Общество с ограниченной ответственностью «Русское слово - учебник»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В., Петров С.С., Общество с ограниченной ответственностью Издательский центр «ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Погадаев Г.И., Общество с ограниченной ответственностью «ДРОФА»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура, 3-4 классы/ Шишкина А.В., Алимбиева О.П., Бисеров В.В., Общество с ограниченной ответственностью «Издательство «Академкнига/Учебник»
- Физическая культура, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 1-4-е классы: учебник: в 2 частях, 1-4 классы/ Винер-Усманова И.А., Цыганкова О. Д. / под ред. Винер-Усмановой И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура: 4-й класс: учебник, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Физическая культура. Гимнастика (в 2 частях), 1-4 классы/ Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д.; под редакцией Винер И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

- «Современные педагогические технологии на уроке физкультуры»  
Ведущий Петрова Татьяна Владимировна Доцент МГПУ, научный сотрудник института содержания методов обучения (ИСМО РАО). В ходе вебинара автор УМК Петрова Татьяна Владимировна представит современные педагогические технологии, обеспечивающие новые подходы к организации и проведения урока по физической культуре.  
Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/sovremennye-pedagogicheskie-tehnologii-na-uroke-fizkultury/>
- «Особенности организации проектной деятельности по предмету физическая культура с использованием УМК издательства «Просвещение»» Ведущий вебинара: Рычева Ольга Александровна, методист Центра художественно-эстетического и физического образования издательства «Просвещение» <https://my.webinar.ru/record/453637>
- «Физическая культура. Программно-методическое сопровождение» .Ведущий Матвеев Анатолий Петрович, доктор педагогических наук, профессор МГОУ. В рамках вебинара будут рассмотрены следующие вопросы: . Актуализация цели образования по физической культуре в представлениях жизненного самоопределения учащихся. Проблема выбора целевой ориентации. Структура и содержательное наполнение учебного предмета физической культуры. Проблема развития основ программно-методического сопровождения дисциплины физической культуры и пути решения.

Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/fizicheskaya-kultura-programmno-metodicheskoe-soprovozhdenie/>

- «Проектная деятельность и урок физкультуры». Ведущий Матвеев Анатолий Петрович, доктор педагогических наук, профессор МГОУ В ходе вебинара будут рассмотрены вопросы организации проектной деятельности в рамках уроков физической культуры на примере УМК «Алгоритм успеха». Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/proektnaya-deyatelnost-i-urok-fizkultury/>

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

### **ИНТЕРНЕТ**

Российская электронная школа <https://resh.edu.ru>

### Лист контроля

Дата	Цель проверки	Замечания	Срок исполнения	Подпись
____.____.2024__	Соответствие Положению о рабочей программе по учебным предметам, курсам в ЛГ МАОУ «СОШ №3», требованиям соответствующих ФГОС, ФОП			
____.____.2024__	Устранение замечаний			







