**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌****Департамент образования Ярославской области‌‌**

**‌****Управление образования администрации Ростовского муниципального района‌**​

**МОУ Петровская СОШ**

‌

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 2347257)

**учебного предмета «Адаптивная физическая культура»**

для обучающихся 4 класса, СКК, ЗПР, вариант 7.1

Программу составила: Самсонова Н.А.

**р.п. Петровское‌** **2023‌**​г.

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе Федерального государственного стандарта начального образования; Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, авторской программы «Физическая культура»: УМК «Школа России», примерной программы начального общего образования. М., «Просвещение», 2012 год., рабочих программ « Физическая культура». Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1 – 4 классы. М., «Просвещение», 2012 год. УМК «Школа России». Для прохождения программы в начальной школе в учебном процессе используется учебник: Лях В. И. Физическая культура. 1—4 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение, 2012.

Методические рекомендации Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.12.2015 года №08 – 1447 по механизму учёта результатов выполнения нормативов ВФСК «ГТО» по осуществлению текущего контроля и промежуточной аттестации учащихся по учебному предмету «Физическая культура».

Во исполнение Указа Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно – спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24 марта 2014 г. №172.

Программа предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение установленных нормативов (тестов ГТО)

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.

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 физкультминуток 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 приросты в их показателях.

.     **Тематическое планирование** с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Программный материал | Количество часов (уроков) | | | |
| Класс | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Основы знаний о физической культуре | *В процессе урока* | | | |
| Способы двигательной (физкультурной) деятельности | *В процессе урока* | | | |
| Физическое совершенствование | *В процессе урока* | | | |
| Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью | | | | |
| Легкая атлетика | 20 | 20 | 20 | 20 |
| Подвижные игры | 18 | 20 | 5 | 5 |
| Подвижные игры на основе баскетбола |  |  | 5 | 5 |
| Гимнастика с элементами акробатики | 14 | 14 | 14 | 14 |
| Лыжная подготовка |  |  | 10 | 10 |
| Кроссовая подготовка | 14 | 14 | 14 | 14 |
| ИТОГО: | 66 | 68 | 68 | 68 |

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 4 класса

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | Виды, формы контроля |
| всего | контрольные работы | практические работы |
| 1 | Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 2 | Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 3 | Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.  Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 4 | Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 5 | Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 6 | Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 7 | Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 8 | Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 9 | Модуль «Спортивные игры.  Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега в футболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 10 | Модуль «Спортивные игры.  Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в передаче мяча в футболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 11 | Модуль «Спортивные игры.  Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов мяча его ведении в футболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 12 | Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 13 | Модуль «Гимнастика».  Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 14 | Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 15 | Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 16 | Модуль «Гимнастика». Знакомство с рекомендациями учителя по распределению упражнений в комбинации ритмической гимнастики и подборе музыкального сопровождения. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 17 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 18 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 19 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 20 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 21 | Модуль «Спортивные игры.  Правила техники безопасности на уроках Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 22 | Модуль «Плавание». Техника безопасности на уроках плавания. Плавание как средство отдыха, укрепления здоровья, закаливания. Упражнения ознакомительного плавания. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 23 | Модуль «Плавание». Движения ног в кроле на суше и в воде. Движения рук в кроле на груди и на спине. Дыхание и сочетание движений в кроле. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 24 | Модуль «Плавание». Старт, прыжок, поворот в плавании. Старт, стартовый прыжок, поворот «маятник». Кроль на груди и на спине – совершенствование техники. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 25 | Модуль «Плавание». Кроль на груди - 20х25 м, эстафета. Подвижные игры на воде. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 26 | Модуль «Плавание». Кроль на спине - 20х25 м, эстафета. Подвижные игры на воде. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 27 | Модуль «Плавание». Техника работы рук в брассе. Техника работы ног в брассе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 28 | Модуль «Плавание». Техника работы рук в брассе. Техника работы ног в брассе. Дыхание и сочетание движений в брассе | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 29 | Модуль «Плавание». Сочетание работы рук и ног в брассе. Подвижные игры на воде | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 30 | Модуль «Плавание». Брасс – совершенствование техники движения рук и ног. Подвижные игры на воде. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 31 | Модуль «Плавание». Брасс 20х25 м, эстафета. Подвижные игры на воде. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 32 | Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 33 | Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 34 | Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 35 | Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 36 | Модуль «Зимние виды спорта». Игры на лыжах: «С горки на горку», Эстафета с передачей палок» | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 37 | Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 38 | Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 39 | Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 40 | Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 41 | Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 42 | Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 43 | Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъёмами и спусками с гор, преодоление подъёмов и препятствий. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 44 | Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 3 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 45 | Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 46 | Модуль «Спортивные игры.  Баскетбол. Технические действия баскетболиста. Остановка двумя шагами, остановка прыжком в баскетболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 47 | Модуль «Спортивные игры.  Баскетбол. Технические действия баскетболиста. Прыжок вверх толчком одной и приземление на другую в баскетболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 48 | Модуль «Спортивные игры.  Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 49 | Модуль «Спортивные игры.  Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Зачет. Передачи и броски мяча в корзину. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 50 | Модуль «Спортивные игры.  Правила техники безопасности на уроках. Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки команды соперника в волейболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 51 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 52 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 53 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 54 | Модуль «Спортивные игры.  Волейбол. Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 55 | Модуль «Спортивные игры.  Волейбол. Зачет. Волейбол по правилам с использованием разученных технических действии. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 56 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 57 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 58 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 59 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 60 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 61 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 62 | Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 63 | Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 64 | Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и  много скоки Зачет. Прыжок в длину с места. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 65 | Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 66 | Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 67 | Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| 68 | Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди. | 1 | 0 | 1 |  | Практическая работа |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 68 | | |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

​‌• Физическая культура: 4-й класс: учебник, 4 класс/ Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»  
 • 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»‌​

​‌‌

​

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

​‌Физическая культура. 1-4 классы. Лях В. И. ФГОС  
 • - Физическая культура. 3 класс: учебник для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. — 9-е изд., перераб. — М.: Просвещение, 2019. — 111 с.  
 • Список литературы для создания программы:  
 • - Рабочая программа по физической культуре учащихся, 1-4 классы, Аслаханов С.-А.М., 2019  
 • - Уроки физической культуры, 2-3 классы, Аслаханов С.-А.М., 2019  
 • - Физическая культура. 3 класс. Поурочные разработки к УМК В.И. Ляха "Школа России". ФГОС  
 • - Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры  
‌​

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

​​‌- https://infourok.ru/proverochnaya-rabota-po-razdelu-istoki-literaturnogo-tvorches-klass-2193053.html‌​

1. **ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Лист регистрации изменений к рабочей программе**

**(название программы)**

1. **учителя**

**(Ф.И.О. учителя)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №№  пп | Дата  Изменения | Причина  изменения | Суть изменения | Корректирующие действия |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |