

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Червишевская средняя общеобразовательная школа

«РАССМОТРЕНО»
На заседании ШМО начальных классов
Руководитель ШМО
 /Демахина Н.А./
Протокол № 1 от «29» августа 2025 г.

«СОГЛАСОВАНО»
Заместитель директора
 /Дудырина Е.В./
«29» августа 2025 г.



«УТВЕРЖДАЮ»
Приказом директора
МАОУ Червишевской СОШ
№ 297-ОД от «29» августа 2025 г.
 /Жилякова Н.А./

Предмет	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Учебный год	2025-2026
Класс	4
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Червишево

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» составлена на основе:

Программа составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 мая 2021 №286

- Федеральной образовательной программы начального общего образования от 18.05.2023 №372

- Приказ Минпросвещения России от 09.10.2024 N 704

"О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных образовательных программ начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования" (Зарегистрировано в Минюсте России 11.02.2025 N 81220)

- Основной образовательной программы начального общего образования МАОУ Червишевской СОШ

- Учебного плана МАОУ Червишевской СОШ, утвержденного приказом директора Жиликовой Н.А. от 29.08.2025 года № 298-ОД и согласованного 29.08.2025 года на заседании Управляющего совета МАОУ Червишевской СОШ протокол №12

- Программы воспитания МАОУ Червишевской СОШ

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.

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.

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 в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

Деятельность учителя с учетом программы воспитания:

Гражданское воспитание	формировать российскую гражданскую идентичность, принадлежность к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, изучение и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина России;
Патриотическое воспитание	воспитывать любовь к родному краю, Родине, своему народу, уважение к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;
духовно-нравственное воспитание	воспитывать на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям;
Эстетическое воспитание	формировать эстетическую культуру на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщать к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;
Физическое воспитание	формировать культуру здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развивать физические способности с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;
Трудовое воспитание	воспитывать уважение к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;
Экологическое воспитание	формировать экологическую культуру, ответственное, бережное отношение к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;
воспитаниеценностейнаучногопознания	воспитывать стремление к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

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.

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

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 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;
- 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 изуче ния	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Все го	Контрольные боты	Практические боты		
Раздел 1. Знания о физической культуре						
1.1	Знания о физической культуре	2	0			https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		2				
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности						
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808/
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808/
Итого по разделу		4				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ						
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура						
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/start/192861/
1.2	Закаливание организма	1	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/main/261321/
Итого по разделу		2				
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура						
2.1	Гимнастика с основами акробатики	17	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/concept/
2.2	Легкая атлетика	11	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/concept/

						spect/
2.3	Лыжнаяподготовка	13	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/con spect/
2.4	Подвижные и спортивныеигры	17	0			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/con spect/
Итогопоразделу		58				
Раздел 3.Прикладно-ориентированная физическая культура						
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	2	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/con spect/
Итого по разделу		2				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/ п	Темаурока	Количествочасов			Датаизу чения	Идентификаторы ФГ	Электронныецифровыеобраз овательныересурсы
		Всего	Контроль ныеработ ы	Практиче скиеработ ы			
1	Из истории развития физической культуры в России	1	0			Овладение знаниями о здоровом образе жизни	https://resh.edu.ru/subject/9/
2	Из истории развития национальных видов спорта	1	0			Овладение знаниями о здоровом образе жизни	https://resh.edu.ru/subject/9/
3	Самостоятельная физическая подготовка	1	0			Изучение видов нагрузки на организм	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808/
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0			Контроль за своим здоровьем	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808/
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808/
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание первой помощи при травмах	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808/
7	Упражнения для	1	0			Умение работать с	https://resh.edu.ru/subject/lesson/

	профилактики нарушения осанки и снижения массы тела					графиками и дополнительной информацией	/4427/start/192861/
8	Закаливание организма	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/main/261321/
9	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
10	Акробатическая комбинация	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
11	Акробатическая комбинация	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
13	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
14	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/

						информацией	
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
16	Обучение опорному прыжку	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
17	Обучение опорному прыжку	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
18	Обучение опорному прыжку	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
19	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
20	Упражнения на гимнастической перекладине	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
21	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
22	Освоение правил и	1	0			Подбор индивидуально	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки					йнагрузки	/7455/conspect/
23	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
24	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
25	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0			Контроль за своим здоровьем	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
26	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
27	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
28	Упражнения в прыжках	1	0			Умение работать с	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/

	в высоту с разбега					графиками и дополнительной информацией	/7455/conspect/
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
30	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/conspect/
31	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
32	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
33	Беговые упражнения	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
34	Метание малого мяча на дальность	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
35	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150 г	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
36	Освоение правил и	1	0			Умение работать с	https://resh.edu.ru/subject/lesson

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км					графиками и дополнительной информацией	/6178/conspect/
37	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
38	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
39	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/conspect/
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки Подбор информации	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
42	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0			Контроль за своим здоровьем Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
43	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1	0			Умение выбрать определенную нагрузку Подбор информации из	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/

						дополнительных источников	
43	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
44	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
45	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
46	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки Подбор информации	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
47	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0			Контроль за своим здоровьем. Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
48	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1	0			Контроль за своим здоровьем. Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
49	Освоение правил и	1	0			Умение выбрать	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/

	техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км					определенную нагрузку. Подбор информации из дополнительных источников	/6180/conspect/
50	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией . Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
51	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
52	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки. Подбор информации	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
53	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1	0			Контроль за своим здоровьем. Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/conspect/
54	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1	0			Подбор индивидуально й нагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
55	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
56	Упражнения из игры воле йбол	1	0			Контроль за своим здоровьем	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/

57	Упражненияизигрыволе йбол	1	0			Умениевыбратьопреде леннуюнагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
58	Упражненияизигрыбаск етбол	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
59	Упражненияизигрыбаск етбол	1	0			Подбориндивидуально йнагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
60	Упражненияизигрыбаск етбол	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
61	Упражненияизигрыбаск етбол	1	0			Умениевыбратьопреде леннуюнагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
62	Упражненияизигрыбаск етбол	1	0			Умениевыбратьопреде леннуюнагрузку	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
63	Упражненияизигрыфутб ол	1	0			Контроль за уровнем физической подготовки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
64	Упражненияизигрыфутб ол	1	0			Умение работать с графиками и дополнительной информацией	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
65	Упражненияизигрыфутб ол	1	0			Подбориндивидуально йнагрузки	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/conspect/
66	Промежуточная аттестация за 2024-2025 учебный год.	1	1			Сравнение полученных результатов с предыдущими. Подбор упражнений с целью повышения показателей	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/

67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0			Сравнение полученных результатов с предыдущими. Подбор упражнений с целью повышения показателей	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0			Сравнение полученных результатов с предыдущими. Подбор упражнений с целью повышения показателей Подбор информации из дополнительных источников	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/conspect/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0			

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»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / В.И.Лях. – М.: Просвещение, 2020.- 64 с. 2. Физическая культура. 1-4 классы: учеб.дляобщеобразоват. учреждений / В.И. Лях. – 13-е изд. – М. : Просвещение, 2020. – 190 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/9/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Компьютерный стол

Ноутбук учителя

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Скамейка гимнастическая жесткая

Мат гимнастический прямой

Бревно гимнастическое напольное

Перекладина гимнастическая пристенная

Канат для лазания

Мяч для метания

Ботинки для лыж

Лыжи

Лыжные палки

Мяч баскетбольный

Мяч футбольный

Мяч волейбольный

