

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Урзufsкая школа Мангушского муниципального округа»  
Донецкой Народной Республики

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО

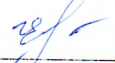
Протокол от «30»07. 2024г. № 1

Руководитель ШМО

 Т.Н. Шевченко

СОГЛАСОВАНО

И.о. зам. директора по УВР

 Е.А. Черипко

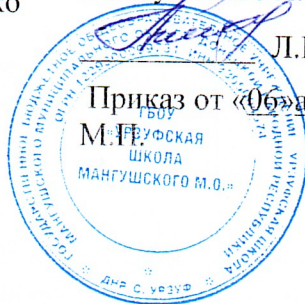
« 31 » июля 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ "Урзufsкая школа  
Мангушского м.о."

 Л.В. Котлубей

Приказ от «06»августа 2024г. № 29



**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**предмета «Физическая культура»**

**для 4 класса**

Разработано учителем:  
Будыка Виктор Георгиевич

2024-2025 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности.

Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура».

Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование»

вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

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

Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

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

### **Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

Общее число часов, отведённых на изучение учебного предмета «Физическая культура» составляет 4 класс — 68 ч.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 4 КЛАСС

**Знания о физической культуре.** Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

**Способы самостоятельной деятельности.** Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

**Физическое совершенствование.** *Оздоровительная физическая культура.* Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.* Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона в основной стойке; торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега.

Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол). *Прикладно-ориентированная физическая культура.* Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

Подвижные и спортивные игры. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты**

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности. Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

— становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

— формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

— проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

— уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

— стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

— проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

### **Метапредметные результаты**

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

*коммуникативные УУД:*

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

*регулятивные УУД:*

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

## Предметные результаты

### 4 КЛАСС

К концу обучения **во втором классе** обучающийся научится:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		все го	контроль ные	практич еские	
<b>Модуль 1. Знания о физической культуре</b>					
1.1.	<b>История подвижных игр и соревнований у древних народов</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
1.2.	<b>Зарождение Олимпийских игр</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
<b>Итого:</b>		<b>2</b>			
<b>Модуль 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
2.1.	<b>Физическое развитие</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
2.2.	<b>Физические качества</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
2.3.	<b>Сила как физическое качество</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях



2.4.	<b>Быстрота как физическое качество</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах
2.5.	<b>Выносливость как физическое качество</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах
2.6.	<b>Гибкость как физическое качество</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах
2.7.	<b>Развитие координации движений</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах
2.8.	<b>Дневник наблюдений по физической культуре</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах
Итого:		8			

### **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

#### **Модуль 3. Оздоровительная физическая культура**

3.1.	<b>Закаливание организма</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах
3.2.	<b>Утренняя зарядка</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пах

3.3.	<b>Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
Итого:		3			
<b>Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
4.1.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
4.2.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Строевые упражнения и команды</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
4.3.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Гимнастическая разминка</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
4.4.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Упражнения с гимнастической скакалкой</b>	4	0	4	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
4.5.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Упражнения с гимнастическим мячом</b>	4	0	4	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
4.6.	<i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i> <b>Танцевальные движения</b>	3	0	3	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях
4.7.	<i>Модуль "Лёгкая атлетика".</i> <b>Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой</b>	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Лях

4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Броски мяча в неподвижную мишень	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные прыжковые упражнения	5	0	5	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
4.10.	Модуль "Лёгкая атлетика". Прыжок в высоту с прямого разбега	4	0	4	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
4.11.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	4	0	4	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
4.12.	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные беговые упражнения	1	0	1	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
4.13.	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	15	0	15	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
Итого:		45			
<b>Прикладно-ориентированная физическая культура</b>					
5.1.	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10		10	РЭШ Учебник « Физическая культура 1-4 класс», Автор В.И. Пях
Итого:		10			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68	



## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Дата		Тема урока	Количество часов
	план	факт		
<b>Модуль 1. Знания о физической культуре. ( 2ч .)</b>				
1			История подвижных игр и соревнований у древних народов	1
2			История Олимпийских игр	1
<b>Модуль 2. Способы самостоятельной деятельности (8 ч.)</b>				
3			Физическое развитие	1
4			Физические качества	1
5			Дневник наблюдений по физической культуре	1
6			Дневник наблюдений по физической культуре	1
7			Закаливание организма	1
8			Закаливание организма	1
9			Утренняя зарядка	1
10			Утренняя зарядка	1
<b>Модуль 3. Физическое совершенствование (3 ч.)</b>				
11			Быстрота как физическое качество.	1
12			Выносливость как физическое качество.	1
13			Гибкость как физическое качество.	1
<b>Модуль 4. Гимнастика (14 ч.)</b>				
14			Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1
15			Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд и строевых упражнений: построение и перестроение в одну, две шеренги, стоя на месте. Освоение универсальных умений при выполнении организующих команд и строевых упражнений: повороты направо и налево;	1

			передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью	
16			Упражнения общей разминки. Повторение разученных упражнений	1
17			вращение скакалки, сложенной вдвое, поочередно правой и левой рукой соответственно с правого и левого бока и перед собой;	1
18			прыжки на двух ногах через скакалку, лежащую на полу, с поворотом кругом	1
19			прыжки через скакалку на двух ногах на месте (в полной координации);	1
20			Игровые задания со скакалкой	1
21			подбрасывание и ловлю мяча одной рукой и двумя руками;;обучаются перебрасыванию мяча с одной руки на другую, на месте и поворотом кругом;;	1
22			повороты и наклоны в сторону с подбрасыванием и ловлей мяча двумя руками;;обучаются приседанию с одновременным ударом мяча о пол одной рукой и ловлей после отскока мяча двумя руками во время выпрямления	1
23			поднимание мяча прямыми ногами, лёжа на спине;	1
24			Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча	1
25			хороводный шаг в полной координации под музыкальное сопровождение;	1
26			движения танца галоп (приставной шаг в сторону и в сторону с приседанием)	1
27			галоп в парах в полной координации под музыкальное сопровождение;	1

**Модуль 5. Лёгкая атлетика (16 ч.)**

28			Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	1
29			Броски мяча в неподвижную мишень	1
30			Сложно координированные беговые упражнения	1
31			Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Построение в одну и в две шеренги. Построение в одну и в две колонны.	1
32			Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Повороты направо, налево, кругом на месте.	1
33			Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры. Движение в одной колонне с равномерной скоростью.	1
34			Сдача контрольных нормативов ГТО. Челночный бег 3x10м. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1
35			Сдача контрольных нормативов ГТО. Челночный бег 3x10м. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.	1
36			Сдача контрольных нормативов ГТО. Смешанное передвижение на 500 м.	1
37			Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения. Бег на 30 метров с высокого старта	1
38			Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения. Бег на 60 метров с высокого старта	1
39			Равномерное передвижение в ходьбе и беге. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 3x10 с высокого старта	1

40			Развитие координации движений	1
41			Бег с поворотами и изменением направлений	1
42			Сложно координированные беговые упражнения	1
43			Сложно координированные беговые упражнения	1
<b>Модуль 6. Подвижные игры (15 ч.)</b>				
44			Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры	1
45			Веселые старты, встречные эстафеты, подвижные игры	1
46			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1
47			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1
48			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1
49			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами футбола, подвижные игры	1
50			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1
51			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1
52			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1
53			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами волейбола, подвижные игры: «Вышибало», «Перестрелка».	1
54			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола,	1



			подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	
55			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1
56			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1
57			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1
58			Веселые старты, встречные эстафеты с мячом с элементами баскетбола, подвижные игры: «Не давай мяч водящему», «Гонка мячей по кругу», «Ловля и передача мяча с приседаниями»	1
<b>Модуль 7. Прикладно-ориентированная физическая культура (10 ч.)</b>				
59			Правила выполнения спортивных нормативов 2 степени	1
60			Правила техники безопасности на уроках. Укрепление здоровья через ВФСК ГТО	1
61			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	
62			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и	1

			разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	
63			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1
64			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1
65			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1
66			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1
67			Техника бега на 30м: Итоговая аттестация.	1
68			Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1
<b>Итого:</b>				<b>68 часов</b>

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

### **4 КЛАСС**

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

Физическая культура, 1-2 класс/Барышников В.Я., Белоусов А.И.; под редакцией Виленского М.Я., «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. Гимнастика (в 2 частях), 1-4 класс/Винер И.А., Горбулина Н.М., Цыганкова О.Д.; под редакцией Винер И.А., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»;

Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»;

АО «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-2 класс/Шишкина А.В., Алимбиева О.П., Брехов Л.В., Издательство «Академкнига/Учебник»;

Введите свой вариант:

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

### **4 КЛАСС**

Физическая культура. 1-4 классы: рабочая программа по учебнику В.И.Ляха/авт.-сост. Р.Р. Хайрутдинов. - Волгоград : Учитель, 2021

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

### **2 КЛАСС**

<https://resh.edu.ru/subject/9/1/>  
<http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/>  
<https://www.gto.ru/norms>  
<https://uchi.ru/?->

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Волейбольная стойка универсальная

Сетка волейбольная

Щит тренировочный навесной с кольцом и сеткой

Свисток игровой

Секундомер однокнопочный

Ворота для мини футбола

Сетка для ворот мини футбола

Мячи футбольные

Мячи волейбольные

Мячи баскетбольные

Табло перекидное

Свисток игровой

Обруч пластмассовый детский

Палка гимнастическая пластмассовая

Скамейка гимнастическая жёсткая 2м

Скамейка гимнастическая жёсткая 4м

Жилетки игровые с номерами

Флажки разметочные

Мячи волейбольные

Мячи для большого тенниса

Кегли

Флажки разметочные с опорой

Лента разметочная

Скакалка удлиненная

Скакалка гимнастическая

Мат поролоновый (2х1х0,1)

Мячи для большого тенниса

Дорожка разметочная для прыжков и метаний

Аптечка для оказания первой помощи

Канат для лазания 5м

Козёл гимнастический

Мат поролоновый (2х1х0,1)

Мост гимнастический подкидной

Стенка гимнастическая 2,8х0

## **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Свисток, секундомер, линейка, рулетка измерительная

## **Критерии и нормы оценки знаний обучающихся**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

**Мелкими ошибками** считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

**Значительные ошибки** – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

старт не из требуемого положения; отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту; бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений; несинхронность выполнения упражнения.

**Грубые ошибки** – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

### **Характеристика цифровой оценки (отметки)**

**Оценка «5»** выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

**Оценка «4»** выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких. **Оценка «3»** выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

**Оценка «2»** выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Во 2 классе оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту





**Прошито, пронумеровано и скреплено печатью**

2 (восемь) ЛИСТОВ  
цифрами                      прописью

Должность Директор

Подпись [подпись] / Л.В. Котлубей /

« 31 » / 2024 г. М.П.

