

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Краснодарского края

Муниципальное образование город Армавир

МАОУ лицей №11 им. В.В. Рассохина

РАССМОТРЕНО

на заседании НМК  
начальных классов

\_\_\_\_\_

Рубан И.А.

Протокол № 1 от «29» 08  
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора  
по учебной работе

\_\_\_\_\_

Давыдова Д.В.

Приказ № 1 от «30» 08 2023  
г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МАОУ лицея  
№ 11 им. В.В.  
Рассохина

\_\_\_\_\_

Абелян А.М.

Приказ № 486 от «01» 09  
2023 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 3-4 классов

Армавир 2023

## Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре 3-4 классы Составлена на основе программы: Физическая культура: 3 – 4 классы: Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В Полянская, С.С Петров и разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (приказ № 373 Минобрнауки России от 06.10.2009), требованиями Основной образовательной программы начального общего образования ОУ.

**Цель** школьного образования по физической культуре — формирование физически разносторонней развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В начальной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование основ знаний в области физической культуры, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья.

Генеральная цель физкультурного образования — ориентации на развитие личности обучающихся средствами и методами физической культуры, на усвоение универсальных жизненно важных двигательных действий, на познание окружающего мира.

Учебный предмет «Физическая культура» призван сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала данной области обеспечивается формирование целостного представления о единстве биологического, психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

**Общая цель** обучения учебному предмету «Физическая культура» в начальной школе — формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью. Курс учебного предмета «Физическая культура» в начальной школе реализует познавательную и социокультурную цели.

**1. Познавательная цель** предполагает формирование у обучающихся представлений о физической культуре как составляющей целостной научной картины мира, ознакомление учащихся с основными положениями науки о физической культуре.

**2. Социокультурная цель** подразумевает формирование компетенции детей в области выполнения основных двигательных действий, как показателя физической культуры человека.

В соответствии с целью учебного предмета «Физическая культура» формулируются *задачи учебного предмета*:

- формирование знаний о физкультурной деятельности, отражающих ее культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- совершенствование навыков в базовых двигательных действиях, их вариативного использования в игровой деятельности и самостоятельных учебных занятиях;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладения новыми двигательными действиями, с повышенной координационной сложностью;
- формирование навыков и умений в выполнении физических упражнений различной педагогической направленности, связанных с профилактикой здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- расширение функциональных возможностей разных систем организма, повышение его адаптивных свойств за счет направленного развития основных физических качеств и способностей;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

Сформулированные цель и задачи базируются на требованиях к освоению содержания образования, указанных в федеральном государственном образовательном стандарте начального образования и отражают основные направления педагогического процесса по формированию физической культуры личности в ходе теоретической, практической и физической подготовки учащихся.

Для достижения планируемых результатов и реализации поставленных целей решаются следующие практические задачи:

*Формирование:*

- интереса учащихся к занятиям физической культурой, осознания красоты и эстетической ценности физической культуры, гордости и уважения к системам национальной физической культуры;
- умений выбирать средства физической культуры в соответствии с различными целями, задачами и условиями; правильно основные двигательные действия; самостоятельно заниматься физической культурой; составлять элементарные комплексы для занятий физическими упражнениями небольшого объёма.

*Воспитание:*

- позитивного эмоционально-ценностного отношения к занятиям физической культурой; потребности пользоваться всеми возможностями физической культуры.

*Обучение:*

- первоначальными знаниями о терминологии, средствах и методах физической культуры.

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования, согласно учебному плану МАОУ лицея № 11 им.В.В. Рассохина предмет «Физическая культура» изучается в 3-4 классах по 2 часа в неделю- 34 учебные недели (68 ч. в год).

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности образовательной организации по основным направлениям воспитания в соответствии с ФГОС НОО и отражает готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретать первоначальный опыт деятельности на их основе, в том числе в части:

1. **Гражданско-патриотического воспитания**, способствующего формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры, воспитанию любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности.

2. **Духовно-нравственного воспитания** на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков.

3. **Эстетического воспитания**, способствующего формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.

4. **Физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия** - развитие физических способностей с учетом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

5. **Трудового воспитания**, основанного на воспитании уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

6. **Экологического воспитания**, способствующего формированию экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы,

окружающей среды.

**7. Ценности научного познания**, ориентированного на воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учетом личностных интересов и общественных потребностей.

Концепцией физического воспитания, что позволяет реализовать все заложенные в них требования к обучению учащихся в начальной школе.

#### ***Личностные результаты***

Личностные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

#### ***Метапредметные результаты***

Метапредметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- овладение способностью принимать и (сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;

- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить своё выступление и выступать с аудио-, видео - и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

### **Предметные результаты**

Предметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.

## **Содержание учебного предмета**

Таблица тематического распределения количества часов

№	Раздел программы	3 класс		4 класс	
		Примерная	Рабочая	Примерная	Рабочая
1.	<b>Теоретический материал. Знание о физической культуре</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>3</b>
2.	<b>Организация здорового образа жизни</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
3.	<b>Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
4.	<b>Физкультурно-оздоровительная</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

	<b>деятельность</b>				
5.	<b>Спортивно-оздоровительная деятельность</b>	<b>61</b>	<b>61</b>	<b>61</b>	<b>61</b>
5.1	Легкая атлетика	16	16	12	12
5.2	Гимнастика с основами акробатики	16	16	13	13
5.3	Лыжная подготовка	12	-	12	-
5.4	Кроссовая подготовка	-	12	-	22
5.5	Подвижные игры	-	-	-	-
5.6.	Подвижные и спортивные игры	17	17	14	14
5.7	Плавание	-	-	10	-
	Всего:	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>68</b>

## **Раздел 1.Знания о физической культуре**

### **3 класс (3 часа)**

История физической культуры в древних обществах. История физической культуры в Европе и Средние века. Физическая культура народов разных стран. Обувь и инвентарь для занятий физическими упражнениями.

### **4 класс (3 часа)**

История физической культуры в России. Возрождение Олимпийских игр. Опорно-двигательная система человека. Предупреждение травматизма во время занятия физическими упражнениями. Дыхательная система человека.

## **Раздел 2.Организация здорового образа жизни**

### **3 класс (1 час)**

Правильное питание. Правила здорового питания. Правила личной гигиены.

### **4 класс (1 час)**

Массаж. Причины утомления. Понятие о массаже, его функции

## **Раздел 3. Наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью**

### **3 класс (1 час)**

Измерение длины и массы тела. Оценка основных двигательных качеств.

### **4 класс (1 час)**

Измерение сердечного пульса. Оценка состояния дыхательной системы.

## **Раздел 4.Физкультурно-оздоровительная деятельность**

### **3 класс (2 часа)**

Физические упражнения для утренней гимнастики. Физические упражнения для физкультминутки. Физические упражнения для профилактики нарушения осанки. Физические упражнения для профилактики нарушения зрения.

### **4 класс(2часа)**

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики. Физические упражнения для физкультминуток. Физические упражнения для профилактики нарушения осанки. Упражнения для профилактики нарушения зрения.



## Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность

### 3 класс (61 ч.)

#### Легкая атлетика (16 ч)

Основные фазы бега. Беговые упражнения (на короткие дистанции 10–30 м, на выносливость до 1 км, с высоким подниманием бедра, с ускорением). Высокий старт. Прыжковые упражнения (в длину с места, в высоту способом «перешагивание»). Метания малого мяча (способы держания мяча, фазы метания, метание на дальность).

#### Гимнастика с основами акробатики (16 ч)

Строевые упражнения и строевые приёмы (построение в одну шеренгу и в колонну, в две (три) шеренги и в колонны; перестроение из одной шеренги в две; выполнение команд «Кругом!», «Направо!», «Налево!», «Направо (налево) разомкнись!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Бегом марш!», «Обычным шагом марш!», «Налево (направо) в обход шагом марш!», «Класс, стой!», «Вольно!»; передвижения в колонне с изменением скорости). Лазание по гимнастической стенке разными способами (вправо и влево приставными шагами, по диагонали, вверх и вниз через 1–2 перекладины). Лазание по канату. Ползание по-пластунски. Кувырок вперёд, стойка на лопатках. Упражнения с гимнастической палкой.

#### Кроссовая подготовка (12 ч.)

Правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой. Бег. Челночный бег. Бег на 60 метров. Общие правила для всех видов бега. Бег с ускорением от 15 до 30 метров. Чередование ходьбы и бега. Равномерный медленный бег. Техника выполнения бега на короткие и длинные дистанции. Метание набивного мяча в цель.

#### Подвижные и спортивные игры (17 ч.)

Подвижные игры с включение бега, прыжков, метаний. Элементы футбола (удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы и передней частью подъема стопы, остановка мяча подошвой, ведение мяча носком ноги.)

Удар по неподвижному и катающемуся мячу. Остановка мяча. Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола.

Знакомство с правилами игры в баскетбол. Ведение мяча. Передача мяча во время игры. Передача мяча сверху, отскоком. Броски по кольцу. Специальные передвижения без мяча. Ведение мяча. Броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.

Подбрасывание мяча. Подача мяча. Прием мяча. Передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.

Знакомство с североосетинской игрой «Слепой медведь», направленной на развитие координации движений у детей. Знакомство с ингушской игрой «Перетягивание», направленной на воспитание чувства коллективизма и сплоченности. Кабардино-балкарская народная игра «Повелитель лунки». Освоение игры. Знакомство с правилами игры «Два мороза», направленной на развитие скорости бега и ловкости у детей.

#### **4 класс (61 ч.)**

##### Легкая атлетика (12 ч.)

Беговые упражнения (бег на короткие дистанции 10–60 м, на дистанцию до 1 км, бег с изменением направления движения, с поворотами вокруг своей оси, спиной вперёд, с чередованием максимальной и средней скорости). Высокий старт. Прыжки (в длину с разбега, в высоту способом «перешагивание», многоскоки). Метание малого мяча на дальность с разбега.

##### Гимнастика с основами акробатики (13 ч.)

Построения, перестроения, расчёты, передвижения в колонне (повторение материала курса 3 класса). Выполнение строевых приёмов в усложнённых условиях (с закрытыми глазами, в быстром темпе, после выполнения физической нагрузки). Лазание по канату. Ползание по-пластунски. Кувырок вперёд. Стойка на лопатках.

##### Кроссовая подготовка (22 ч.)

Правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой. Бег. Челночный бег. Бег с препятствиями. Бег на 60 и 100 метров. Общие правила для всех видов бега. Бег с ускорением от 30 до 60 метров. Чередование ходьбы и бега. Равномерный медленный бег. Техника выполнения бега на короткие и длинные дистанции. Метание набивного мяча в цель.

##### Подвижные и спортивные игры (14 ч.)

Правила и элементы игры в волейбол (нижняя прямая и верхняя прямая подачи; приём и передача мяча двумя руками сверху; приём мяча двумя руками снизу). Игры с бросанием волейбольного мяча на дальность и на дальность отскока мяча после броска одной рукой о стену. Правила и элементы игры в баскетбол (ведение мяча левой и правой руками; передача мяча одной и двумя руками от груди; бросок мяча двумя руками из-за головы, одной рукой от груди, приём мяча двумя руками). Подвижные игры с мячом. Удар по неподвижному и катающемуся мячу. Остановка мяча. Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола.

Специальные передвижения без мяча. Ведение мяча. Броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.

Подбрасывание мяча. Подача мяча. Прием мяча. Передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.

Разучивание подвижной игры «Караси и щука», направленной на развитие смелости и ловкости. Разучивание дагестанской игры в «Альчик», направленной на развитие ловкости у младших школьников.

Разучивание чеченской игры в «Утушка», направленной на развитие смекалки у детей младшего школьного возраста.

## Тематическое планирование

3 класс

Всего 64 ч.

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре (3 ч)</b>				
История физической культуры в древних обществах. Связь физической культуры с профессионально-трудовой и военной деятельностью	Физическая культура в Междуречье, Древнем Египте, Древней Греции, Древнем Риме	Пересказывать тексты о развитии физической культуры в древнем мире;  понимать роль физической культуры в древних обществах;  понимать связь между военной деятельностью и спортом	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	1,2,3,6,7
История физической культуры в Европе в Средние века.  Связь физической культуры с военной деятельностью	Физическая подготовка воинов. Рыцарские турниры	Пересказывать тексты о физической культуре Европы в Средние века;  понимать связь между военной деятельностью и спортом	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	3,6,7
Физическая культура народов разных стран. Обувь и инвентарь для занятий физическими упражнениями	Особенности физической культуры Древнего Китая, Японии, Индии.  Одежда и спортивный инвентарь для занятий в помещении и в разные сезоны на открытом	Описывать особенности физической культуры некоторых стран Востока. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий;  подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	3,6,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>воздухе</p> <p>Способы развития выносливости, силы, быстроты, ловкости, гибкости,</p>	<p>физических упражнений</p> <p>Объяснять значение основных понятий учебной темы («двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»);</p> <p>описывать способы развития основных двигательных качеств человека</p>		
<b>Раздел 2. Организация здорового образа жизни (1 ч)</b>				
<p>Правильное питание.</p> <p>Правила личной гигиены</p>	<p>Функции кожи. Необходимость поддержания чистоты кожных покровов .</p> <p>Функции кожи. Необходимость поддержания чистоты кожных покровов.</p>	<p>Формулировать правила здорового питания;</p> <p>обосновывать важность правильного режима питания для здоровья человека;</p> <p>знать продолжительность перерыва между приёмом пищи и активными занятиями физическими упражнениями.</p> <p>Объяснять главные функции кожи;</p> <p>обосновывать необходимость поддержания чистоты кожных</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a></p>	<p>3,5,6,7</p>

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
		<p>покровов;</p> <p>называть правила гигиены кожи;</p> <p>выполнять регулярные гигиенические процедуры</p>		
<b>Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (1 ч)</b>				
Измерение длины и массы тела. Оценка основных двигательных качеств	<p>Способы измерения длины тела с помощью линейки.</p> <p>Измерение массы тела.</p> <p>Понятие о среднем росте и весе школьника.</p> <p>Правила ведения дневника самоконтроля.</p> <p>Простейшие двигательные тесты для проверки мышечной силы (отжимания, подтягивание на перекладине, приседания), быстроты движений (бег на короткие дистанции до</p>	<p>Объяснять значение измерения длины и массы тела;</p> <p>измерять длину и массу тела;</p> <p>наблюдать свои показатели длины и массы тела.</p> <p>Регулярно вести дневник самоконтроля;</p> <p>понимать необходимость развития основных двигательных качеств;</p> <p>самостоятельно тестировать свои двигательные качества;</p> <p>наблюдать уровень развития своих двигательных качеств.</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	1,2,4,5,6,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	10 м), выносливости (бег на дистанции 1 км) и гибкости (наклон вперёд из положения стоя)			
<b>Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (2 ч)</b>				
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	Подготовка помещения к занятиям утренней гигиенической гимнастикой. Упражнения для утренней зарядки (потягивания, приседания, наклоны вперёд стоя на коленях, махи руками и ногами в левую и правую стороны и т. д.)	Выполнять подготовку помещения к занятиям утренней гигиенической гимнастикой;  выполнять усвоенные упражнения для утренней гигиенической гимнастики	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	1,2,3,5,6,7
Упражнения для профилактики нарушений зрения.  Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств	Согревание глаз ладонями.  Горизонтальные, вертикальные движения глазами, моргание в быстром темпе  Упражнения для развития силы мышц (прыжки вверх на двух ногах из глубокого	Выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения  Выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	1,2,3,5,6,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>приседа, отжимания от пола, метания мяча на дальность и из разных исходных положений), быстроты (броски мяча о стену и его ловля, броски мяча в стену и его ловля после поворота на 360°, бег на месте с высоким подниманием бедра в максимально быстром темпе, круговые движения ногами в положении лёжа — «велосипед»), выносливости (пробежка в среднем темпе; бег в среднем темпе с чередованием передвижений лицом вперёд, правым и левым боком; бег в среднем темпе с изменениями направления и темпа движений), гибкости (наклоны вперёд в положении стоя до касания руками коленей или пола; наклоны в стороны с максимальной</p>			

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	амплитудой)			
<b>Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (61 ч)</b>				
Лёгкая атлетика (16 ч)	<p>Основные фазы бега. Беговые упражнения (на короткие дистанции 10–30 м, на выносливость до 1 км, с высоким подниманием бедра, с ускорением). Высокий старт. Прыжковые упражнения (в длину с места, в высоту способом «перешагивание»).</p> <p>Метания малого мяча (способы держания мяча, фазы метания, метание на дальность)</p>	<p>Называть основные фазы бега;</p> <p>выполнять высокий и низкий старты;</p> <p>бегать с максимальной скоростью на дистанции 30 и 60 м;</p> <p>преодолевать дистанцию 1 км на время;</p> <p>прыгать в длину с места и с разбега, в высоту способом «перешагивание»;</p> <p>выполнять метания малого мяча на дальность с места и с разбега, в цель</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	1,2,3,5,6,7
Гимнастика с основами акробатики (16 ч)	<p>Строевые упражнения и строевые приёмы (построение в одну шеренгу и в колонну, в две (три) шеренги и в колонны; перестроение из одной шеренги в две; выполнение команд «Кругом!», «Направо!», «Налево!», «Направо (налево) разомкнись!»),</p>	<p>Называть основные положения тела;</p> <p>выполнять строевые команды и упражнения;</p> <p>выполнять гимнастические и акробатические упражнения</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a>	1,2,3,5,6,7



Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>«На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Бегом марш!», «Обычным шагом марш!», «Налево (направо) в обход шагом марш!», «Класс, стой!», «Вольно!»;</p> <p>передвижения в колонне с изменением скорости). Лазание по гимнастической стенке разными способами (вправо и влево приставными шагами, по диагонали, вверх и вниз через 1–2 перекладины). Лазание по канату. Ползание по-пластунски.</p> <p>Кувырок вперёд, стойка на лопатках. Упражнения с гимнастической палкой</p>			
Кроссовая подготовка (12 ч)	<p>Правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой. Бег. Челночный бег. Бег на 60 метров. Общие правила для всех видов бега. Бег с ускорением от 15 до 30</p>	<p>Знать правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой;</p> <p>общие правила для всех видов бега;</p> <p>технику выполнения бега на короткие и длинные дистанции,</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a></p>	2,3,4,5,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>метров. Чередование ходьбы и бега. Равномерный медленный бег. Техника выполнения бега на короткие и длинные дистанции. Метание набивного мяча в цель.</p>	<p>метание набивного мяча в цель.</p>		
<p>Подвижные и спортивные игры (17 ч)</p>	<p>Подвижные игры с включением бега, прыжков, метаний. Элементы футбола (удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы и передней частью подъема стопы, остановка мяча подошвой, ведение мяча носком ноги.)</p> <p>Удар по неподвижному и катающемуся мячу. Остановка мяча. Ведение мяча. Подвижные игры</p>	<p>Знать и выполнять правила техники безопасности во время занятий с мячом;</p> <p>освоить элементы игры в футбол, баскетбол, волейбол;</p> <p>организовывать и проводить подвижные игры;</p> <p>договариваться о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками.</p> <p>Освоить игры народов мира, направленных на развитие силы и ловкости детей, сплочение коллектива, развитие внимания, развитие смекалки у детей младшего школьного возраста.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/3/">https://resh.edu.ru/subject/9/3/</a></p>	<p>2,3,4,5,7</p>

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>на основе футбола.</p> <p>Знакомство с правилами игры в баскетбол. Ведение мяча. Передача мяча во время игры. Передача мяча сверху, отскоком. Броски по кольцу. Специальные передвижения без мяча. Ведение мяча. Броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Подбрасывание мяча. Подача мяча. Прием мяча. Передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Знакомство с североосетинской игрой «Слепой медведь», направленной на развитие координации движений у детей. Знакомство с ингушской игрой «Перетягивание», направленной на</p>			

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>воспитание чувства коллективизма и сплоченности. Кабардино-балкарская народная игра «Повелитель лунки». Освоение игры. Знакомство с правилами игры «Два мороза», направленной на развитие скорости бега и ловкости у детей.</p>			

**Примечание.** В бесснежных районах лыжная подготовка заменяется кроссовым бегом, передвижениями по пересечённой местности, либо часы, отводимые на лыжную подготовку, распределяются по усмотрению учителя на другие темы программы.

## Тематическое планирование курса для 4 класса

Всего 68 ч.

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре (3 ч)</b>				
История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны	Связь физической культуры с русскими народными традициями и обычаями. Традиционные развлечения физкультурно-оздоровительной направленности у народов России. Популярные виды спорта в современной России	<p>Описывать с помощью иллюстраций в учебнике виды традиционных спортивных игр и развлечений, характерных для нашей страны;</p> <p>обосновывать значение традиционных спортивных развлечений на Руси;</p> <p>объяснять связь между видами спорта и природными особенностями нашей страны;</p> <p>называть самые популярные виды спорта в России</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	1,2,3,6,7
Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр  Опорно-двигательная система человека	<p>Причины возрождения Олимпийских игр. Роль Пьера де Кубертена в восстановлении традиции Олимпийских игр. Олимпийский огонь и Олимпийские кольца. Церемония открытия Олимпийских игр</p> <p>Функции частей скелета человека. Скелет</p>	<p>Анализировать и отвечать на вопросы по тексту о возрождении Олимпийских игр;</p> <p>объяснять различие между летними и зимними Олимпийскими играми;</p> <p>объяснять значение цветов Олимпийских колец;</p> <p>с помощью иллюстраций в тексте учебника называть талисманы</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	3,6,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>конечностей человека. Характеристика мускулатуры человека. Сухожилия. Типы соединений костей</p>	<p>Олимпиады 2014 г.;</p> <p>описывать церемонию открытия Олимпийских игр</p> <p>Называть части скелета человека;</p> <p>определять функции частей скелета и мускулатуры человека</p>		
<p>Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями.</p> <p>Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания</p>	<p>Виды травм. Понятие «разминка».</p> <p>Строение дыхательных путей человека. Этапы процесса дыхания. Тренированность дыхательной системы. Правильное дыхание. Влияние загрязнённого воздуха на лёгкие. Вред курения</p> <p>Ходьба, бег, прыжки, лазание, ползание, плавание как способы передвижения человека</p>	<p>Различать основные виды травм;</p> <p>освоить приёмы оказания первой доврачебной помощи при простых травмах.</p> <p>Понимать строение дыхательной системы человека;</p> <p>характеризовать процесс дыхания;</p> <p>объяснять функцию дыхательной системы;</p> <p>называть способы тренировки дыхания;</p> <p>понимать связь между курением и заболеваемостью органов дыхания</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a></p>	<p>3,6,7</p>

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
		<p>Определять понятия «ходьба», «бег», «прыжки», «лазание», «ползание», «плавание»;</p> <p>выявлять и характеризовать различия между основными способами передвижения человека</p>		
<b>Раздел 2. Организация здорового образа жизни (1 ч)</b>				
<p>Массаж.</p> <p>Причины утомления. Понятие о массаже, его функции</p> <p>Демонстрация простейших приёмов массажа</p>	<p>Причины утомления. Понятие о массаже, его функции</p>	<p>Определять понятие «массаж»; объяснять роль массажа;</p> <p>демонстрировать простейшие приёмы массажа (поглаживания, разминания)</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	3,5,6,7
<b>Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью (1 ч)</b>				
<p>Измерение сердечного пульса.</p> <p>Оценка состояния дыхательной системы</p>	<p>Понятие «сердечный пульс». Самостоятельное измерение сердечного пульса. Частота дыхательных движений как показатель здоровья человека.</p> <p>Самостоятельное</p>	<p>Характеризовать понятие «частота сердечных сокращений»;</p> <p>объяснять функции сердца;</p> <p>измерять частоту сердечных сокращений;</p> <p>наблюдать собственную ЧСС в</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	1,2,4,5,6,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	измерение частоты дыхательных движений	состоянии покоя.  Понимать связь между физической тренированностью человека и частотой дыхания в покое;  оценивать состояние дыхательной системы по частоте дыхания в покое и после физической нагрузки		
<b>Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (2 ч)</b>				
Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	Приседания, наклоны вперёд, стойка «ласточка», наклоны стоя на коленях, прогибания назад лёжа на животе, махи руками и ногами влево и вправо, упражнение для растягивания мышц «Дровосек»	Выполнять освоенные упражнения для утренней гигиенической гимнастики;  самостоятельно изменять комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	1,2,3,5,6,7



Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
<p>Физические упражнения для физкультминуток</p> <p>Физические упражнения для профилактики нарушений осанки</p>	<p>Упражнения для активизации кровообращения в конечностях (повторение материала предыдущего года обучения)</p> <p>Упражнения у стены при сохранении правильной осанки (многократные приседания с опорой спиной о стену, отведение прямой ноги в сторону; поочерёдное подтягивание левого и правого колена к груди, глубокие наклоны в стороны с вытянутыми в стороны руками, удержание позы «руки вверх»)</p>	<p>Выполнять физкультминутки в домашних условиях</p> <p>Выполнять физические упражнения для профилактики нарушений осанки</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a></p>	1,2,3,5,6,7
<b>Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность (61 ч)</b>				
Лёгкая атлетика (12 ч)	Беговые упражнения (бег на короткие дистанции 10–60 м, на дистанцию до 1 км, бег с изменением направления движения, с поворотами вокруг своей оси, спиной вперёд, с чередованием	<p>Называть правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики;</p> <p>правильно выполнять технику бега и прыжков;</p> <p>бегать с максимальной скоростью на разные дистанции до 60 м;</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a></p>	1,2,3,5,6,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>максимальной и средней скорости). Высокий старт. Прыжки (в длину с разбега, в высоту способом «перешагивание», многоскоки).</p> <p>Метание малого мяча на дальность с разбега</p>	<p>бегать дистанцию 1 км на время; выполнять прыжок в длину с разбега способом согнув ноги; метать малый мяч на дальность и на точность;</p> <p>выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание»</p>		
Гимнастика с основами акробатики (13 ч)	<p>Построения, перестроения, расчёты, передвижения в колонне (повторение материала курса 3 класса). Выполнение строевых приёмов в усложнённых условиях (с закрытыми глазами, в быстром темпе, после выполнения физической нагрузки). Лазание по канату. Ползание по-пластунски. Кувырок вперёд. Стойка на лопатках</p>	<p>Называть правила техники безопасности на уроках гимнастики и акробатики; выполнять строевые упражнения и строевые приёмы;</p> <p>выполнять акробатические упражнения, лазание, ползание</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	1,2,3,5,6,7
Кроссовая подготовка (22 ч)	<p>Правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой. Бег. Челночный бег. Бег с</p>	<p>Знать правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой;</p>	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	2,3,4,5,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	препятствиями. Бег на 60 и 100 метров. Общие правила для всех видов бега. Бег с ускорением от 30 до 60 метров. Чередование ходьбы и бега. Равномерный медленный бег. Техника выполнения бега на короткие и длинные дистанции. Метание набивного мяча в цель.	общие правила для всех видов бега; технику выполнения бега на короткие и длинные дистанции, метание набивного мяча в цель.		
Подвижные и спортивные игры (14 ч)	Правила и элементы игры в волейбол (нижняя прямая и верхняя прямая подачи; приём и передача мяча двумя руками сверху; приём мяча двумя руками снизу). Игры с бросанием волейбольного мяча на дальность и на дальность отскока мяча после броска одной рукой о стену. Правила и элементы игры в баскетбол (ведение мяча левой и правой руками; передача мяча одной и двумя руками от груди; бросок мяча двумя руками	Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры в футбол, волейбол и баскетбол; организовывать и проводить подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками. Освоить игры народов мира, направленных на развитие силы и ловкости детей, сплочение коллектива, развитие внимания, развитие смекалки	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/4/">https://resh.edu.ru/subject/9/4/</a>	2,3,4,5,7

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>из-за головы, одной рукой от груди, приём мяча двумя руками). Подвижные игры с мячом. Удар по неподвижному и катающемуся мячу. Остановка мяча. Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола.</p> <p>Специальные передвижения без мяча. Ведение мяча. Броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Подбрасывание мяча. Подача мяча. Прием мяча. Передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Разучивание подвижной игры «Караси и щука», направленной на развитие смелости и ловкости. Разучивание дагестанской игры в «Альчик», направленной на развитие</p>	у детей младшего школьного возраста.		

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности обучающихся	Электронные учебно-методические материалы	Личностные результаты
	<p>ловкости у младших школьников.</p> <p>Разучивание чеченской игры в «Утушка», направленной на развитие смекалки у детей младшего школьного возраста.</p>			

**Примечание.** В бесснежных районах лыжная подготовка заменяется кроссовым бегом, передвижениями по пересечённой местности, либо часы, отводимые на лыжную подготовку, распределяются по усмотрению учителя на другие темы программы. Тема «Плавание» изучается при наличии бассейна, оборудованного в соответствии с требованиями ФГОС и СанПиН. В ином случае часы, отводимые на изучение материала темы, учитель использует по своему усмотрению на изучение других учебных тем программы.

## Оценочные материалы

### *Критерии оценивания подготовленности учащихся*

#### *по физической культуре*

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

*Качественные критерии успеваемости* характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

*Количественные критерии успеваемости* определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

**И т о г о в а я** оценка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах – за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие оценки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

**К р и т е р и и** о ц е н и в а н и я у с п е в а е м о с т и по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

*Технология оценивания теоретической подготовленности обучающихся*

*3-4-х классов*

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

При изучении материала преподавателем используются учебники, наглядные пособия, презентации, методические пособия, сообщения детей.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), проверочные работы, карточки (анкеты) домашнего задания, тестирование.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	Незнание материала программы

*Критерии оценки уровня технической подготовленности обучающихся*

*3-4-х классов*

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить,	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных

как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив	более двух незначительных ошибок	к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях	или одна грубая ошибка
--	----------------------------------	---	------------------------

### *Технология оценивания физической подготовленности*

1. Оценивание уровня физической подготовленности школьников осуществляется по тестам, указанным в программе. Другие тесты (по выбору преподавателя) могут быть использованы как дополнительные.

2. В приводимых оценочных таблицах за каждый конкретный результат тестирования определено соответствующее число баллов: от 1 (худший из допустимых результатов) до 20 (ориентировочно лучший результат).

3. Оценочные таблицы ориентированы не по классам, а по возрасту детей. Это связано с тем, что в пределах одного класса имеются школьники различного возраста.

4. Для получения комплексной оценки физической подготовленности школьника определяются баллы (по приводимым таблицам) для каждого теста. Найденные баллы складываются.

Полученная сумма, равная 50, соответствует оценочному суждению “сдано” или оценке “удовлетворительно”.

В случае введения дифференцированных оценок (3, 4, 5) сумма баллов 50 соответствует оценке “3”. Количество баллов на оценки “4”, “5” определяются произвольно.

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.)

*Общая оценка успеваемости* складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике – путем сложения



конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

*Оценка успеваемости за учебный год* производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

### **Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.**

#### **Список рекомендуемой учебно-методической литературы**

1. Примерная рабочая программа начального общего образования ФГОС.-М: «Начальная школа 21 века» Физическая культура: программа 1-4 класс/Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров -М: «Вентана-Граф»,

#### 2. Учебно-методические пособия и рекомендации.

1. Физическая культура 3-4 класс: учебник для учащихся общеобразовательных организаций/Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров. -Вентана –Граф

#### 3. Учебно-практическое оборудование:

- музыкальный центр, аудиозаписи,
- сканер, принтер,
- бревно напольное, козел гимнастический,
- перекладина гимнастическая,
- стенка гимнастическая,
- скамейки гимнастические жесткие,
- тренировочные мячи всех видов,
- палки гимнастические, скакалки детские,
- маты гимнастические,
- кегли, обручи пластиковые детские,
- стойки для прыжков в длину и высоту,
- сетка волейбольная.
- обручи пластиковые детские,
- рулетка измерительная,
- щит баскетбольный

СОГЛАСОВАНО

Протокол № 1 заседания методического объединения учителей начальных классов

МАОУ лицея №11 им В.В. Рассохина  
от «29» августа 2023 года

И.А. Рубан

подпись руководителя МО

Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР НО  
Д.В. Давыдова

подпись

Ф.И.О.

«30» 08 2023 года



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190456

Владелец Абелян Арменуи Мартиновна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024