# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования Вологодской области

Отдел образования Администрации Верховажского муниципального района

МБОУ "Климушинская начальная школа-детский сад"

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

 Бубенцова Е.В. Бубенцова Е.В.

Протокол №7

от "29" 05 2023 г.

Приказ №22

от "29" 05 2023 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА (ID 1974103)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 4 класса начального общего образования на 2023 - 2024 учебный год

Составитель: Ламова Марина Николаевна

учитель

Климушино 2023

# 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 прикладно-ориентированной 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 физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

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

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования 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

В 4 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часа.

# 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.

Плавательная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди; ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача; приём и передача мяча сверху; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

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

# ПЛАНИРУЕМЫЕ 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 окончанию **четвёртого года обучения** учащиеся научатся:

*познавательные УУД:*

* 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 УУД:*

* взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
* использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
* оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

*регулятивные УУД:*

* 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 четвёртом классе** обучающийся научится:

* объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
* осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
* приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
* приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом; характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
* проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
* демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
* демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
* демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
* выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
* выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
* демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору учащегося);
* 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 изучения** | **Виды деятельности** | **Виды, формы контроля** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| Раздел 1. **Знания о физической культуре** |
| 1.1. | **Из истории развития физической культуры в России** | 0.25 | 0 | 0.25 |  | обсуждают развитие физической культуры в средневековой России, устанавливают особенности проведения популярных среди народа состязаний;;обсуждают и анализируют особенности развития физической культуры во времена Петра I и его соратников, делают выводы о её связи с физической подготовкой будущих солдат —защитников Отечества;; обсуждают особенности физической подготовки солдат в Российской армии, наставления А. В. Суворова российским воинам; | Устный опрос; | <http://school-collection.edu.ru/> |
| 1.2. | **Из истории развития национальных видов спорта** | 0.25 | 0 | 0.25 |  | знакомятся и обсуждают виды спорта народов, населяющих Российскую Федерацию, находят в них общие признаки и различия, готовят небольшой доклад (сообщение) о развитии национальных видов спорта в своей республике, области, регионе; | Устный опрос; | <http://school-collection.edu.ru/> |
| Итого по разделу | 0.5 |  |
| Раздел 2. **Способы самостоятельной деятельности** |
| 2.1. | **Самостоятельная физическая подготовка** | 0.25 | 0 | 0.25 |  | обсуждают содержание и задачи физической подготовки школьников, её связь с укреплением здоровья, подготовкой к предстоящей жизнедеятельности;;обсуждают и анализируют особенности организации занятий физической подготовкой в домашних условиях; | Устный опрос; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 2.2. | **Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма** | 0.25 | 0 | 0.25 |  | обсуждают работу сердца и лёгких во время выполнения физических нагрузок, выявляют признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на развитие систем дыхания и кровообращения;;устанавливают зависимость активности систем организма от величины нагрузки, разучивают способы её регулирования в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;;выполняют мини-исследование по оценке тяжести физической нагрузки по показателям частоты пульса (работа в парах):; | Устный опрос; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 2.3. | **Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности** | 0.25 | 0 | 0.25 |  | обсуждают рассказ учителя о неравномерном изменении показателей физического развития и физической подготовленности учащихся в период обучения в школе;;измеряют показатели физического развития и физической подготовленности, сравнивают результаты измерения индивидуальных показателей с таблицей возрастных стандартов;;ведут наблюдения за показателями физического развития и физической подготовленности в течение учебного года и выявляют, в какой учебной четверти (триместре) были наибольшие их приросты;; обсуждают рассказ учителя о формах осанки и разучивают способы её измерения;;проводят мини-исследования по определению состояния осанки с помощью теста касания рук за спиной:; | Самооценка с использованием«Оценочного листа»; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.4. | **Оказание первой помощи на занятиях физической культурой** | 0.75 | 0 | 0.75 |  | обсуждают рассказ учителя о возможных травмах и ушибах на уроках физической культуры, анализируют признаки лёгких и тяжёлых травм, приводят причины их возможного появления;;разучивают правила оказания первой помощи при травмах и ушибах, приёмы и действия в случае их появления (в соответствии с образцами учителя):; | Устный опрос; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| Итого по разделу | 1.5 |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| Раздел 3. **Оздоровительная физическая культура** |
| 3.1. | **Упражнения для профилактики нарушения осанки** | 0.5 | 0 | 0.5 |  | выполняют комплекс упражнений на расслабление мышц спины:;1. и. п — о. с. 1—4 — руки вверх, встать на носки; 5—8 — медленно принять и. п.;;
2. и. п — стойка руки в стороны, предплечья согнуть, ладони раскрыты; 1 — руки вверх, предплечья скрестить над головой, лопатки сведены, 2 — и. п.;;
3. и. п. — стойка руки за голову; 1—2 — локти вперёд; 3—4 — и. п.;;
4. и. п — о. с.; 1—2 — наклон вперёд (спина прямая); 3—4 — и. п.;;
5. и. п. — стойка руки на поясе; 1—3 — поднять согнутую ногу вверх (голова приподнята, плечи расправлены); 4 — и. п.;;

выполняют комплекс упражнений на предупреждение развития сутулости:;1. и. п. — лёжа на животе, руки за головой, локти разведены в стороны; 1—3 — подъём туловища вверх; 3—4 — и. п.;;
2. и. п. — лёжа на животе, руки за головой; 1—3 —подъём туловища вверх, 2—4 — и. п.;;
3. и. п. — упор стоя на коленях; 1 — одновременно подъём правой руки и левой ноги; 2—3 — удержание; 4 — и. п.; 5—8 — то же, но подъём левой руки и правой ноги;;
4. и. п. — лёжа на животе, голову положить на согнутые в локтях руки; 1 — левая нога вверх; 2 — и. п; 3 — правая нога вверх; 4 — и. п.;;
 | Практическая работа; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| 3.2. | **Закаливание организма** | 0.5 | 0 | 0.5 |  | разучивают правила закаливания во время купания в естественных водоёмах, при проведении воздушных и солнечных процедур, приводят примеры возможных негативных последствий их нарушения;;обсуждают и анализируют способы организации, проведения и содержания процедур закаливания; | Устный опрос; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| Итого по разделу | 1 |  |  |  |  |  |  |
| Раздел 4. **Спортивно-оздоровительная физическая культура** |
| 4.1. | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* **Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений** | 0.5 | 0 | 0.5 |  | обсуждают возможные травмы при выполнении гимнастических и акробатических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения травм;;разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях; | Устный опрос; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.2. | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* **Акробатическая комбинация** | 4 | 1 | 3 |  | обсуждают правила составления акробатической комбинации, последовательность самостоятельного разучивания акробатических упражнений;;разучивают упражнения акробатической комбинации (примерные варианты):; | Зачет; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| 4.3. | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* **Опорной прыжок** | 3 | 0 | 3 |  | наблюдают и обсуждают образец техники выполнения опорного прыжка через гимнастического козла напрыгиванием, выделяют его основные фазы и анализируют особенности их;выполнения (разбег, напрыгивание, опора на руки и переход в упор стоя на коленях, переход в упор присев, прыжок толчок двумя ногами прогнувшись, приземление);;выполняют подводящие упражнения для освоения опорного прыжка через гимнастического козла с разбега напрыгиванием:; | Зачет; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 4.4. | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* **Упражнения на гимнастической перекладине** | 5 | 1 | 4 |  | знакомятся с понятиями «вис» и «упор», выясняют отличительные признаки виса и упора, наблюдают за образцами их выполнения учителем;;знакомятся со способами хвата за гимнастическую перекладину, определяют их назначение при выполнении висов и упоров (вис сверху, снизу, разноимённый);;выполняют висы на низкой гимнастической перекладине с разными способами хвата (висы стоя на согнутых руках; лёжа согнувшись и сзади; присев и присев сзади);; | Зачет; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 4.5. | *Модуль "Гимнастика с основами акробатики".* **Танцевальные упражнения** | 3.5 | 0 | 3.5 |  | наблюдают и анализируют образец танца «Летка-енка», выделяют особенности выполнения его основных движений;;разучивают движения танца, стоя на месте:;1—2 — толчок двумя ногами, небольшой подскок вперёд, левую ногу вынести вперёд-в сторону, приземлиться;;3—4 — повторить движения 1—2, но вынести правую ногу вперёд- в сторону;;выполняют разученные танцевальные движения с добавлением прыжковых движений с продвижением вперёд:; | Практическая работа; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 4.6. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* **Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой** | 0.5 | 0 | 0.5 |  | обсуждают возможные травмы при выполнении легкоатлетических упражнений, анализируют причины их появления, приводят примеры по способам профилактики и предупреждения (при выполнении беговых и прыжковых упражнений, бросках и метании спортивных снарядов);; | Устный опрос; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 4.7. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* **Упражнения в прыжках в высоту с разбега** | 3 | 1 | 2 |  | наблюдают и анализируют образец техники прыжка в высоту способом перешагивания, выделяют его основные фазы и описывают технику их выполнения (разбег, отталкивание, полёт и приземление);;выполняют подводящие упражнения для освоения техники прыжка в высоту способом перешагивания:;выполняют прыжок в высоту с разбега способом перешагивания в полной координации; | Практическая работа; | <http://school-collection.edu.ru/-> |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.8. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* **Беговые упражнения** | 3.5 | 0 | 3.5 |  | наблюдают и обсуждают образец бега по соревновательной дистанции, обсуждают особенности выполнения его основных технических действий;;выполняют низкий старт в последовательности команд «На старт!»,«Внимание!», «Марш!»;;выполняют бег по дистанции 30 м с низкого старта;; выполняют финиширование в беге на дистанцию 30 м;; выполняют скоростной бег по соревновательной дистанции; | Практическая работа; | <http://school-collection.edu.ru/-> |
| 4.9. | *Модуль "Лёгкая атлетика".* **Метание малого мяча на дальность** | 2 | 0 | 2 |  | наблюдают и анализируют образец метания малого мяча на дальность с места, выделяют его фазы и описывают технику их выполнения;; разучивают подводящие упражнения к освоению техники метания малого мяча на дальность с места:;выполняют метание малого мяча на дальность по фазам движения и в полной координации; | Практическая работа; | <http://fizkultura-na5.ru/> |
| 4.10. | Модуль "Лыжная подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой | 0.5 | 0 | 0.5 |  | обсуждают возможные травмы при выполнении упражнений лыжной подготовки, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения (при выполнении спусков, подъёмов и поворотов);;разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях лыжной подготовкой; | Устный опрос; | <http://fizkultura-na5.ru/> |
| 4.11. | Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом | 13.5 | 0 | 13.5 |  | наблюдают и анализирую образец передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом, сравнивают его с разученными способами передвижения и находят общие и отличительные особенности, выделяют основные фазы в технике передвижения;; выполняют скольжение с небольшого склона, стоя на лыжах и одновременно отталкиваясь палками;;выполняют передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации; | Практическая работа; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| 4.12. | *Модуль "Плавательная подготовка".* **Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне** | 0 | 0 | 0 |  |  |  |  |
| 4.13. | Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка | 0 | 0 | 0 |  |  |  |  |
| 4.14. | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".* **Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми** | 0.25 | 0 | 0.25 |  | обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения;; разучивают правила профилактики травматизма и выполняют их на занятиях подвижными и спортивными играми; | Устный опрос; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| 4.15. | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".* **Подвижные игры общефизической подготовки** | 3 | 0 | 3 |  | разучивают правила подвижных игр, способы организации и подготовку мест проведения;;совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия из подвижных игр;;самостоятельно организовывают и играют в подвижные игры; | Практическая работа; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 4.16. | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".***Технические действия игры волейбол** | 2.75 | 0 | 2.75 |  | наблюдают и анализируют образец нижней боковой подачи, обсуждают её фазы и особенности их выполнения;;выполняют подводящие упражнения для освоения техники нижней боковой подачи:;наблюдают и анализируют образец приёма и передачи мяча сверху двумя руками, обсуждают её фазы и особенности их выполнения;; выполняют подводящие упражнения для освоения техники приёма и передачи мяча сверху двумя руками:;выполняют подачу, приёмы и передачи мяча в условиях игровой деятельности; | Практическая работа; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| 4.17. | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".***Технические действия игры баскетбол** | 2 | 0 | 2 |  | наблюдают и анализируют образец броска мяча двумя руками от груди, описывают его выполнение с выделением основных фаз движения;;выполняют подводящие упражнения и технические действия игры баскетбол:;выполнение броска мяча двумя руками от груди с места в условиях игровой деятельности; | Практическая работа; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| 4.18. | *Модуль "Подвижные и спортивные игры".***Технические действия игры футбол** | 2 | 0 | 2 |  | наблюдают и анализируют образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывают особенности выполнения;;разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи;;разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки;; | Практическая работа; | [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/) |
| Итого по разделу | 49 |  |
| Раздел 5. **Прикладно-ориентированная физическая культура** |
| 5.1. | **Рефлексия: демонстрирация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО** | 16 | 4 | 12 |  | демонстрирование приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО; | Зачет; | Всероссийский сайт центра тестирования |
| Итого по разделу | 16 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 68 | 7 | 61 |  |

# ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата изучения** | **Виды, формы контроля** |
| **всего** | **контрольные работы** | **практические работы** |
| 1. | Инструктаж по ТБ. Упр. в ходьбе и беге. Бег на скорость.Эстафета. П.и. "Смена сторон" | 1 | 0 | 1 | 01.09.2022 | Устный опрос; Практическая работа; |
| 2. | Бег на скорость (30, 60м) Встречная эстафета.Комплекс упр. П.и. "Кот и мыши" | 1 | 0 | 1 | 06.09.2022 | Практическая работа; |
| 3. | Бег на результат (30,60м). круговая эстафета. Игра«Невод». . Развитие скоростных способностей. | 1 | 1 | 0 | 08.09.2022 | Контрольная работа; |
| 4. | Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». | 1 | 0 | 1 | 13.09.2022 | Практическая работа; |
| 5. | Прыжок в длину способом«согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра«Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 15.09.2022 | Практическая работа; |
| 6. | Прыжок в длину способом«согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра«Шишки, желуди, орехи». Развитие скоростно- силовых способностей | 1 | 0 | 1 | 20.09.2022 | Практическая работа; |
| 7. | Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно- силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 22.09.2022 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 8. | Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.Бросок набивного мяча. Игра «Третий лишней». Развитие скоростно- силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 27.09.2022 | Практическая работа; |
| 9. | Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.Бросок набивного мяча. Игра «Охотники и утки». Развитие скоростно- силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 29.09.2022 | Зачет; |
| 10. | Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Игры «Космонавты»,«Разведчики и часовые». Развитие скоростно- силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 04.10.2022 | Практическая работа; |
| 11. | ОРУ. Игры «Космонавты»,«Белые медведи». Эстафеты с обручами. Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 06.10.2022 | Практическая работа; |
| 12. | ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Волк во рву». Эстафета «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 11.10.2022 | Практическая работа; |
| 13. | ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка». Эстафета«Верёвочка под ногами».Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 13.10.2022 | Практическая работа; |
| 14. | ОРУ. Игры «Удочка»,«Зайцы в городе». Эстафета«Верёвочка под ногами». Развитие скоростно- силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 18.10.2022 | Практическая работа; |
| 15. | ОРУ. Игры «Удочка»,«Мышеловка», «Невод». Развитие скоростных качеств. | 1 | 0 | 1 | 20.10.2022 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16. | ОРУ. Игры «Эстафета зверей», «Метко в цель»,«Кузнечики». Развитие скоростных качеств. | 1 | 0 | 1 | 25.10.2022 | Практическая работа; |
| 17. | ОРУ. Игры «Вызов номеров», «Кто дальше бросит», «Западня».Развитие скоростных качеств. | 1 | 0 | 1 | 27.10.2022 | Практическая работа; |
| 18. | ОРУ. Эстафеты с предметами. Игра«Парашютисты». Развитие скоростных качеств.. | 1 | 1 | 0 | 08.11.2022 | Зачет; |
| 19. | Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Кувырок вперёд, кувырок назад. Выполнение команд«Становись!», «Равняйсь!»,«Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами. | 1 | 0 | 1 | 10.11.2022 | Практическая работа; |
| 20. | ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок вперёд, кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!»,«Равняйсь!», «Смирно!»,«Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках.Развитие координационных способностей. Игра«Точный поворот» | 1 | 0 | 1 | 15.11.2022 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 21. | ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок вперёд, кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!»,«Равняйсь!», «Смирно!»,«Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами, выпадами, на носках.Развитие координационных способностей. Игра«Быстро по местам» | 1 | 0 | 1 | 17.11.2022 | Практическая работа; |
| 22. | ОРУ с гимнастической палкой. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра«Посадка картофеля». Развитие силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 22.11.2022 | Практическая работа; |
| 23. | ОРУ. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе.Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 24.11.2022 | Практическая работа; |
| 24. | ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 29.11.2022 | Практическая работа; |
| 25. | ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивания в висе. Эстафеты. Игра «Три движения». Развитие силовых качеств. | 1 | 1 | 0 | 01.12.2022 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 26. | ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма.Перелезание через препятствие. Игра«Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно- силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 06.12.2022 | Практическая работа; |
| 27. | ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма.Перелезание через препятствие. Игра«Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно- силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 08.12.2022 | Практическая работа; |
| 28. | ОРУ в движении. Лазание по канату в три приёма.Перелезание через препятствие. Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно- силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 13.12.2022 | Практическая работа; |
| 29. | ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов.Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно- силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 15.12.2022 | Практическая работа; |
| 30. | ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов.Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.Игра «Лисы и куры». Развитие скоростно- силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 20.12.2022 | Практическая работа; |
| 31. | ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов.Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.Игра «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 0 | 1 | 22.12.2022 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 32. | ОРУ в движении. Опорный прыжок на горку матов.Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.Игра «Верёвочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств. | 1 | 1 | 0 | 27.12.2022 | Контрольная работа; |
| 33. | Рассказать об основных требованиях к одежде и обуви, правилах поведения на уроках лыжной подготовки.Совершенствовать технику подъемов и спусков на склонах с палками и без них разученных в 3 классе.Провести эстафету (вначале с палками, а потом без них) с использованием спусков и подъемов с поворотами вокруг палки (дистанция30-40м). | 1 | 0 | 1 | 12.01.2023 | Практическая работа; |
| 34. | Разминка на учебном круге: попеременно двухшажный ход, скользящий ход.Разучить технику торможения «плугом». Совершенствовать технику спуска со склона в средней стойке с палками. Пройти дистанцию 1,5км со средней скоростью. | 1 | 0 | 1 | 17.01.2023 | Практическая работа; |
| 35. | Разминка на учебном круге: попеременно двухшажный ход. Закрепить технику торможения «плугом».Разучить технику поворота переступанием с горы.Провести игру «Не задень». | 1 | 0 | 1 | 19.01.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 36. | Совершенствовать координацию работы рук и ног при попеременном двухшажном ходе с палками. Совершенствовать технику торможения«плугом». Закрепить технику поворота переступанием с горы. Оценить нескольких человек в умении преодолевать ворота. Повторить игру «Не задень». | 1 | 0 | 1 | 24.01.2023 | Практическая работа; |
| 37. | Передвигаться на лыжах до 1,5км в медленном темпе. На учебном круге совершенствовать технику попеременного двухшажного хода.Оценить технику торможения «плугом» (выборочно). Провести катание с горки в разных стойках. Сов-ть технику поворота переступанием в конце спуска. | 1 | 1 | 0 | 26.01.2023 | Зачет; |
| 38. | На учебном круге повторить технику попеременного двухшажного хода и принять на оценку. Учить подъему на склон«елочкой». Провести игру«Кто дальше». | 1 | 0 | 1 | 31.01.2023 | Практическая работа; |
| 39. | Пройти дистанцию до 2 км в медленном темпе – разминка. Закрепить технику подъема на склон«елочкой», сове-ть технику поворота переступанием в конце спуска. Провести игру «Кто дальше», катание с гор с палками. | 1 | 0 | 1 | 02.02.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 40. | Пройти дистанцию до 2,5км в медленном темпе, можно с остановкой (девочки идут впереди мальчиков).Оценить технику подъема елочкой. Провести игру- эстафету между командами с этапом до 50м без палок. | 1 | 0 | 1 | 07.02.2023 | Практическая работа; |
| 41. | На учебном круге совершенствовать технику попеременно двухшажного хода. На скорость провести эстафету с этапом до 50м (2-3 раза). Отдых.Пройти дистанцию 2,5км со средней скоростью. | 1 | 0 | 1 | 09.02.2023 | Практическая работа; |
| 42. | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски и подъемы (выборочно оценить). | 1 | 0 | 1 | 14.02.2023 | Практическая работа; |
| 43. | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски и подъемы. | 1 | 0 | 1 | 16.02.2023 | Практическая работа; |
| 44. | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски, торможение, повороты и подъемы (выборочно оценить). | 1 | 0 | 1 | 21.02.2023 | Практическая работа; |
| 45. | На скорость провести эстафеты с этапом до 50м. Совершенствовать спуски, торможение, повороты и подъемы. | 1 | 0 | 1 | 28.02.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 46. | Проверить готовность класса к соревнованиям: выдать номера, подготовить протоколы, разметку, секундомер и др. Провести соревнования на дистанцию 1км с раздельным стартом. Девочки стартуют после мальчиков. Объявить результаты соревнований.Напомнить детям о переходе на занятия в спортивный зал (спортивная одежда и обувь). | 1 | 1 | 0 | 02.03.2023 | Контрольная работа; |
| 47. | Инструктаж по Т.Б. ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 07.03.2023 | Практическая работа; |
| 48. | ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 09.03.2023 | Практическая работа; |
| 49. | ОРУ. Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра«Подвижная цель». Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 14.03.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 50. | ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра«Попади в цель». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 16.03.2023 | Практическая работа; |
| 51. | ОРУ. Ловля и передача мяча в круге. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра«Снайперы». Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 21.03.2023 | Практическая работа; |
| 52. | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 23.03.2023 | Практическая работа; |
| 53. | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Игра«Перестрелка». Игра мини- баскетбол. Развитие координационных способностей | 1 | 0 | 1 | 04.04.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 54. | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | 1 | 1 | 0 | 06.04.2023 | Практическая работа; |
| 55. | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 11.04.2023 | Практическая работа; |
| 56. | ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате. Эстафеты с мячами. Тактические действия в защите и нападении. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных способностей. | 1 | 0 | 1 | 13.04.2023 | Практическая работа; |
| 57. | Инструктаж по Т.Б. Бег на скорость (30,60 м).Встречная эстафета. Игра«Кот и мыши».развитие скоростных способностей. Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений. | 1 | 0 | 1 | 18.04.2023 | Практическая работа; |
| 58. | Бег на скорость (30,60 м). Встречная эстафета. Игра«Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей. | 1 | 0 | 1 | 20.04.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 59. | Прыжок в высоту с прямого разбега. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 25.04.2023 | Практическая работа; |
| 60. | Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние.Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 27.04.2023 | Практическая работа; |
| 61. | Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние.Бросок набивного мяча. Игра «Гуси - лебеди». Развитие скоростно- силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 02.05.2023 | Практическая работа; |
| 62. | Бросок мяча в горизонтальную цель. Бросок мяча на дальность. Игра «Гуси - лебеди».Развитие скоростно- силовых способностей. | 1 | 0 | 1 | 04.05.2023 | Практическая работа; |
| 63. | Подготовка к сдаче ВФСК ГТО. Развитие скоростных качеств. Бег 60 метров. | 1 | 0 | 1 | 11.05.2023 | Практическая работа; |
| 64. | Развитие скоростных качеств Бег на 500 м в чередовании с ходьбой. | 1 | 0 | 1 | 16.05.2023 | Практическая работа; |
| 65. | Развитие выносливости. Равномерный бег 1км без учета времени. | 1 | 0 | 1 | 18.05.2023 | Практическая работа; |
| 66. | Развитие двигательных качеств. Русские народные игры «Гори, гори ясно»,"Ручеёк" | 1 | 0 | 1 | 23.05.2023 | Практическая работа; |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 67. | Развитие координационных способностей. Остановка катящегося мяча. Ведение внешней и внутренней частью подъема по прямой, по дуге, с остановками по сигналу. Игра«Футбольный бильярд». | 1 | 0 | 1 | 25.05.2023 | Практическая работа; |
| 68. | Подведение итогов года. Развитие координационных способностей. Остановка и ведение катящегося мяча.Безопасные подвижные игры на улице. | 1 | 0 | 1 | 30.05.2023 | Практическая работа; Тестирование; |
| 69. |  | 0 |  |  |  |  |
| 70. |  | 0 |  |  |  |  |
| 71. |  | 0 |  |  |  |  |
| 72. |  | 0 |  |  |  |  |
| 73. |  | 0 |  |  |  |  |
| 74. |  | 0 |  |  |  |  |
| 75. |  | 0 |  |  |  |  |
| 76. |  | 0 |  |  |  |  |
| 77. |  | 0 |  |  |  |  |
| 78. |  | 0 |  |  |  |  |
| 79. |  | 0 |  |  |  |  |
| 80. |  | 0 |  |  |  |  |
| 81. |  | 0 |  |  |  |  |
| 82. |  | 0 |  |  |  |  |
| 83. |  | 0 |  |  |  |  |
| 84. |  | 0 |  |  |  |  |
| 85. |  | 0 |  |  |  |  |
| 86. |  | 0 |  |  |  |  |
| 87. |  | 0 |  |  |  |  |
| 88. |  | 0 |  |  |  |  |
| 89. |  | 0 |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 90. |  | 0 |  |  |  |  |
| 91. |  | 0 |  |  |  |  |
| 92. |  | 0 |  |  |  |  |
| 93. |  | 0 |  |  |  |  |
| 94. |  | 0 |  |  |  |  |
| 95. |  | 0 |  |  |  |  |
| 96. |  | 0 |  |  |  |  |
| 97. |  | 0 |  |  |  |  |
| 98. |  | 0 |  |  |  |  |
| 99. |  | 0 |  |  |  |  |
| 100. |  | 0 |  |  |  |  |
| 101. |  | 0 |  |  |  |  |
| 102. |  | 0 |  |  |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 68 | 7 | 61 |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

# ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 3-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество

«Издательство Просвещение»; Введите свой вариант:

# МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Рабочая программа, КТП

# ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

РЭШ, [http://www.fizkulturavshkole.ru](http://www.fizkulturavshkole.ru/)

# МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Спортивное оборудование для уроков

# ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

Спортивное оборудование для уроков