

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА – ДЕТСКИЙ САД №6 КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА»**

141300 г. Сергиев Посад, ул. Воробьевская, д.36, тел.(8-496) 540-50-88, факс.(8-496)540-50-88

Электронная почта: shkolasad_6@mail.ru.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ

«Начальная школа-детский сад №6»

 /Е.В.Бухарова/

«29» августа 2019 г.

**Рабочая программа
по физической культуре
4 класс
(базовый уровень)**

Составитель: Горностаева Оксана Андреевна
учитель начальных классов

2019 г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа по физической культуре для 4 класса соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и разработана на основе:

Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Начальная школа-детский сад №6 компенсирующего вида»

Учебного плана на 2019-2020 учебный год МБОУ «Начальная школа-детский сад №6 компенсирующего вида»

Авторской рабочей программы по физической культуре для 4 класса (В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2016)

УМК «Школа России»

Рабочая программа курса «Физическая культура» рассчитана на 102 часа (3 часа в неделю, 34 учебные недели).

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности.

Аттестация учащихся планируется по четвертям по текущим оценкам, а также по результатам тестирования по каждому разделу программы.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- оказывание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результаты:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
 - оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека:
 - измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
 - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
 - организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
 - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
 - взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
 - выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Физические способности	Физические упражнения	Маль- чики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку, с.	6,5	7,0
Силовые	Прыжок в длину с места, см	130	125
	Сгибание рук в висе лежа, количество раз	5	4
Выносливость	Бег 1000 м	Без учета времени	
Координация	Челночный бег 3 × 10 м/с	11,0	11,5

Выпускник 4 класса научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств.

Содержание учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Знания о физической культуре

История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Физическая подготовка и ее связь с развитием систем дыхания и кровообращения. Характеристика основных способов регулирования физической нагрузки: по скорости и продолжительности выполнения упражнения, изменению величины отягощения. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Закаливание организма (воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах).

Способы физкультурной деятельности

Простейшие наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовкой. Определение нагрузки во время выполнения утренней гимнастики по показателям частоты сердечных сокращений. Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений. Проведение игр в футбол и баскетбол по упрощенным правилам. Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях.

Гимнастика с основами акробатики (23 часа)

Акробатические упражнения: акробатические комбинации, например: мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе с опорой на руки, прыжком в упор присев; кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок вперед до исходного положения, кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.

Гимнастические упражнения прикладного характера: опорный прыжок через гимнастического козла — с небольшого разбега толчком о гимнастический мостик прыжок в упор стоя на коленях, переход в упор присев и соскок вперед; из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом «вперед ноги».

Легкая атлетика (34 часа)

Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Низкий старт. Стартовое ускорение. Финиширование.

Лыжные гонки (21 час)

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: задания на координацию движений типа: «Веселые задачи», «Запрещенное движение» (с напряжением и расслаблением мышц звеньев тела).

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Подвижная цель».

На материале **спортивных игр** (24 часа)

Футбол: эстафеты с ведением мяча, с передачей мяча партнеру, игра в футбол по упрощенным правилам («Мини-футбол»).

Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди после ведения и остановки; прыжок с двух шагов; эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину, игра в баскетбол по упрощенным правилам («Мини-баскетбол»).

Волейбол: передача мяча через сетку (передача двумя руками сверху, кулаком снизу); передача мяча с собственным подбрасыванием на месте после небольших перемещений вправо, вперед, в парах на месте и в движении правым (левым) боком, игра в «Пионербол».

Тематический план

№	Тема раздела	Количество часов
I	Знания о физической культуре	В процессе урока
II	Способы физкультурной деятельности	В процессе урока
III	Физическое совершенствование	
1.	Физкультурно-оздоровительная деятельность	В режиме дня и в процессе урока
2.	Спортивно-оздоровительная деятельность	
2.1	Гимнастика с основами акробатики	23
2.2	Легкая атлетика	34
2.3	Лыжная подготовка	21
2.4	Подвижные игры на материале спортивных игр	24
Итого:		102

Уровень физической подготовленности

4 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30

№ п/п	Наименование разделов и тем	Характеристики основных видов деятельности (на уровне учебных действий)	Планов ые сроки прохож дения темы	Факти ческие сроки прохо ждени я темы
Легкая атлетика (25 часов)				
1.	Вводный инструктаж по ТБ на уроках физкультуры. Виды ходьбы	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.	02.09	
2.	Разновидности ходьбы, бега.	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.	04.09	
3.	Беговые упражнения. Разновидности ходьбы, бега.	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.	05.09	
4.	Бег на скорость 30 м	Осваивать технику бега. Выполнять технику финиширования.	09.09	
5.	Бег на скорость 60 м		11.09	
6.	Бег с ускорением 30м. Подвижная игра «Третий лишний»	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Применять прыжковые упражнения для развития скоростно-силовых и координационных способностей	12.09	

7.	Бег с ускорением 60 м. Подвижная игра «Третий лишний»	Осваивать умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.	16.09	
8.	Равномерный бег 5 минут	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.	18.09	
9.	Равномерный бег 6 минут	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Применять беговые упражнения для развития скоростных и координационных способностей	19.09	
10.	Равномерный бег 10 минут		23.09	
11.	Кросс 1 км по пересеченной местности		25.09	
12.	Техника челночного бега	Описывать технику челночного бега. Осваивать технику челночного бега. Соблюдать правила техники безопасности.	26.09	
13.	Тестирование челночный бег на результат. Круговая эстафета		30.09	
14.	Техника прыжка (в длину, с разбега).	Осваивать технику прыжковых упражнений. Выполнять прыжков с небольшим продвижением вперед, назад, влево и вправо.	2.10	
15.	Техника прыжка. Развитие скоростно-силовых способностей	Осваивать технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Применять прыжковые упражнения для развития скоростных и координационных способностей	3.10	
16.	Прыжок в длину с места на результат	Выполнять приземление на две ноги.	7.10	
17.	Прыжок в длину способом согнув ноги		9.10	
18.	Прыжки через короткую скакалку. Бег	Выполнять прыжки через короткую скакалку и бег по размеченным участкам.	10.10	

	по размеченным участкам дорожки.			
19.	Совершенствование выполнения многоскоков		14.10	
20.	Техника метания малого мяча	Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча Выявлять и устранять характерные ошибки в метании.	16.10	
21.	Техники метания малого мяча из положения «стоя»	Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании.	17.10	
22.	Техника выполнения метания мяча в горизонтальную цель.	Использовать подвижные игры для активного отдыха	21.10	
23.	Совершенствование техники метания мяча в цель. Закаливание организма.	Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации.	23.10	
24.	Метание теннисного мяча на дальность	Использовать подвижные игры для активного отдыха	24.10	
25.	Эстафеты с бегом и прыжками.		6.11	
Гимнастика (21 час)				
26.	Техника безопасности на занятиях гимнастикой с элементами акробатики. ОРУ с предметами.	Соблюдать технику безопасности на уроках гимнастики. Выполнять перестроение в две, три шеренги, ходьба и бег «змейкой», «противоходом», «по диагонали» Знать технику выполнения акробатических упражнений	7.11	
27.	Техника акробатических упражнений		11.11	
28.	Группировка. Перекаты.	Выполнять группировку, перекаты, строевые действия.	13.11	
29.	Кувырок вперед.	Соблюдать правила техники безопасности	14.11	

	Перекаты в группировке	при выполнении кувырка вперед. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств		
30.	Стойка на лопатках, перекаат в упор присев	Проявлять качества силы, координации и выносливости	18.11	
32.	Стойка на лопатках, согнув ноги, перекаат в упор присев.	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.	20.11	
33.	Перекааты и группировка с последующей опорой руками за головой	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.	21.11	
34.	Стойка на лопатках.	Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений. Выполнять упражнения на координацию. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.	25.11	
35.	Кувырок назад		27.11	
36.	Мост из положения лежа на спине.	Выполнять мост из положения лежа на спине, кувырок назад.	28.11	
37.	2-3 кувырка вперед и назад. Полушпагат	Выполнять 2-3 кувырка вперед и назад, полушпагат.	2.12	
38.	Прыжки на гимнастическом мостике в упоре.	Осваивать универсальные умения при выполнении акробатических упражнений.	4.12	
39.	Лазание по наклонной гимнастической скамейке.	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.	5.12	
40.	Висы и упоры. Подтягивание в висе		9.12	
41.	Висы и упоры. Строевые упражнения	Описывать технику разучиваемых упражнений. Соблюдать технику	11.12	

		безопасности		
42.	Лазанье по канату	Осваивать технику физических упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.	12.12	
43.	Лазанье по канату в два и три приема	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.	16.12	
44.	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 секунд	Выявлять характерные ошибки при выполнении физических упражнений.	18.12	
45.	Тестирование наклона вперед из положения стоя	Проявлять качества силы, координации и выносливости. Различать и выполнять строевые команды	19.12	
46.	Наклон вперед из положения сидя. Строевые упражнения		23.12	
Подвижные игры на материале спортивных игр и на основе баскетбола (4ч)				
47.	Техника безопасности на уроках баскетбола. Бег с остановками в шаге, с изменением направления движения.	Бегать с остановками в шаге, с изменением направления движения.	25.12	
48.	Передача двумя руками от груди.	Ловить и передавать мяч разными способами.	26.12	
49.	Передача мяча сверху из-за головы	Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.	13.01	
50.	Ведение на месте правой и левой рукой в движении	Излагать правила и условия проведения подвижных игр.	15.01	
Лыжная подготовка (21час)				
51.	Техника безопасности на уроках лыжной	Соблюдать правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки.	16.01	

	подготовки. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж. Укладка лыж надевание креплений.			
52.	Скользкий шаг на лыжах без лыжных палок	Пристёгивание креплений. Передвигаться на лыжах скользящим шагом без палок. Сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.	20.01	
53.	Ступающий шаг на лыжах с лыжными палками	Пристёгивание креплений. Передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками.	22.01	
54.	Скользкий шаг на лыжах с лыжными палками	Пристёгивание креплений. Передвигаться на лыжах ступающим шагом с палками. Сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату.	23.01	
55.	Повороты на лыжах переступанием	Выполнять повороты переступанием. Осваивать технику передвижения на лыжах разными ходами.	27.01	
56.	Повороты на лыжах прыжком	Выполнять повороты прыжком. Осваивать технику передвижения на лыжах разными ходами.	29.01	
57.	Попеременный двухшажный ход на лыжах	Осваивать технику передвижения попеременным двухшажным ходом на лыжах.	30.01	
58.	Закрепление умения выполнять попеременный двухшажный ход на лыжах	Выполнять передвижение попеременным двухшажным ходом на лыжах. Сотрудничать в ходе групповой работы.	3.02	
59.	Одновременный двухшажный ход на лыжах	Осваивать технику передвижения одновременным двухшажным ходом на лыжах.	5.02	
60.	Закрепление умения выполнять одновременный двухшажный ход на лыжах	Выполнять передвижение одновременным двухшажным ходом на лыжах. Сотрудничать в ходе групповой работы.	6.02	

61.	Подъём «ёлочкой» на гору на лыжах	Знать технику изученных ходов и подъёма «ёлочкой» на гору на лыжах.	10.02	
62.	Закрепление умения выполнять подъём «ёлочкой» на гору на лыжах	Выполнять правильно подъём «ёлочкой» на гору на лыжах и передвижение на лыжах изученными способами. Соблюдать правила техники безопасности.	12.02	
63.	Спуск под уклон в основной стойке на лыжах	Осваивать технику изученных лыжных ходов и спуска под уклон в основной стойке на лыжах. Выполнять передвижение разными способами.	13.02	
64.	Подъём «лесенкой» на гору на лыжах	Выполнять правильно подъём «лесенкой» на гору на лыжах. Выполнять передвижение на лыжах изученными способами. Соблюдать правила техники безопасности.	17.02	
65.	Торможение «плугом» на лыжах	Осваивать технику торможения «плугом» на лыжах. Выполнять торможение плугом.	19.02	
66.	Закрепление умения выполнять торможение «плугом» на лыжах	Правильно выполнять торможение плугом. Соблюдать правила техники безопасности. С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.	20.02	
67.	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Передвигаться и спускаться на лыжах «змейкой». Соблюдать правила техники безопасности.	26.02	
68.	Отработка умения спускаться на лыжах с горы «змейкой»		27.02	
69.	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	Знать технику спуска на лыжах в приседе, технику передвижения на лыжах. Соблюдать правила техники безопасности. Распределять силы для прохождения дистанции 1,5 км на лыжах, технику спуска на лыжах в приседе.	2.03	
70.	Прохождение на лыжах дистанции 1,5 км		4.03	
71.	Спортивные соревнования на лыжах «Весёлые старты»	Соблюдать правила игр. Слушать и слышать одноклассников и учителя. Соблюдать правила техники безопасности.	5.03	

Подвижные игры на материале спортивных игр и на основе баскетбола (8ч)				
72.	Ловля и передача мяча	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр	11.03	
73.	Ведение мяча.	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх	12.03	
74.	Ведение мяча «змейкой».	Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач	16.03	
75.	Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	18.03	
76.	Игры: «Перестрелка», «Мини - баскетбол».	Выполнять бросок мяча.	19.03	
77.	Игры: «подвижная цель», «Мяч ловцу».	Правильно выполнять остановку в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе.	30.03	
78.	Игры: «Быстро и точно», «Мини баскетбол»	Передавать мяч в колоннах двумя руками одной слева, одной справа. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	1.04	
79.	Эстафеты с ведением мяча и бросками его в корзину	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	2.04	
Подвижные игры на материале спортивных игр и на основе волейбола (8ч)				
80.	Техника безопасности на уроках волейбола. Игра «Круговая лапта»	Соблюдать технику безопасности. Выполнять броски мяча.	6.04	
81.	Передача мяча через сетку	Осваивать технику выполнения бросков мяча через волейбольную сетку.	8.04	
82.	Броски мяча через волейбольную сетку.	Выполнять броски мяча через волейбольную сетку. Соблюдать правила техники безопасности.	9.04	
83.	Подвижная игра «Пионербол».	Осваивать правила игры в «Пионербол». Играть в «Пионербол». Слушать и слышать учителя, одноклассников. Соблюдать правила техники	13.04	

		безопасности.		
84.	Передача мяча с собственным подбрасыванием на месте	Знать волейбол как вид спорта, какими бывают волейбольные упражнения. Выполнять эти упражнения.	15.04	
85.	Подготовка к волейболу. Игра «Не давай мяч водящему»	Выполнять волейбольные упражнения. Соблюдать правила техники безопасности.	16.04	
86.	Волейбол: прием мяча снизу двумя руками	Выполнять броски мяча через волейбольную сетку. Соблюдать правила игры в волейбол.	20.04	
87.	Волейбол: передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача		22.04	
Гимнастика (2 часа)				
88.	Ходьба по бревну (до 100см) приставными шагами, большими шагами и выпадами	Осваивать технику ходьбы по бревну приставными шагами, большими шагами и выпадами. Выполнять ходьбу. Соблюдать правила техники безопасности.	23.04	
89.	Ходьба по бревну на носках, повороты на носках и одной ноге	Осваивать технику ходьбы по бревну на носках, повороты на носках и одной ноге. Выполнять ходьбу. Соблюдать правила техники безопасности.	27.04	
Легкая атлетика (9 часов)				
90.	Техника прыжков	Слушать и слышать учителя. Осваивать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега.	29.04	
91.	Прыжок в высоту с прямого разбега.	Осваивать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега. Выполнять прыжок. Соблюдать правила техники безопасности.	30.04	
92.	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат	Осваивать технику выполнения прыжка в высоту с прямого разбега. Выполнять прыжок на результат. Соблюдать правила техники безопасности.	6.05	
93.	Прыжок в длину с места	Осваивать технику выполнения прыжка в длину с места. Выполнять прыжок. Соблюдать правила техники	7.05	

		безопасности.			
94.	Виды ходьбы и бега	Слушать и слышать учителя. Осваивать технику беговых упражнений.	13.05		
95.	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Соблюдать правила техники безопасности.	14.05		
96.	Тестирование челночного бега.	Выполнять челночный бег. Соблюдать правила техники безопасности.	18.05		
97.	Бег по пересеченной местности	Выполнять бег в равномерном темпе до 10 минут, чередовать ходьбу с бегом	20.05		
98.	Метание мяча на дальность.	Осваивать технику выполнения метания мяча. Выявлять и устранять характерные ошибки в метании.	21.05		
Подвижные игры на материале спортивных игр и на основе футбола (4 часа)					
99.	Эстафеты с ведением мяча	Выполнять удар ногой по неподвижно лежащему мячу. Соблюдать правила техники безопасности.	25.05		
100.	Эстафеты с передачей мяча партнеру	Выполнять ведение мяча между предметами и с обводкой предметов. Соблюдать правила техники безопасности.	27.05		
101.	Игра в футбол по упрощенным правилам	Осваивать правила спортивной игры «Футбол».	28.05		
102.	Мини-футбол	Сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Соблюдать правила безопасности. Использовать подвижные игры для активного отдыха	Резерв		

Итого: 102 часа

Учебно-методический комплекс

Пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях.- 4-е изд.- М.: Просвещение, 2014.

В.И. Лях. Физическая культура. 1-4 классы. ФГОС. Учебник для общеобразовательных учреждений просвещение, 2010.

Настольная книга учителя физической культуры: справ.-метод. Пособие/ сост. Б.И. Мишин. -М.:ООО «Изд-во АСТ»: ООО «Изд-во Астрель»,2003.

«СОГЛАСОВАНО»

на заседании ШМО учителей начальных классов

протокол № 1

« 28 » августа 2019 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР

 Л.В. Макарова

«28» августа 2019 г.