

**Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»**

По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определённые результаты.

**Личностные результаты** включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

— формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества}

— формирование уважительного  отношения  к иному  мнению, истории и культуре других народов;

— развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

— развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

— формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

— развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,  понимания  и сопереживания чувствам других людей;

— развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстника ми, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

— формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные** результаты включают освоенные школьника ми универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпред­метные понятия и отражают:

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

— 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;

— 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 базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные** результаты включают освоенный школьниками в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

— 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    организовать    здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

— формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);

—  взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— выполнение   простейших   акробатических   и   гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне; характеристику при знаков техничного исполнения;

— выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

**4 класс**

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.

Физическое совершенствование

*Гимнастика с основами акробатики*

*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*

*Прыжки* в высоту с разбега способом «перешагивание».

*Низкий старт.*

*Стартовое ускорение.*

*Финиширование.*

*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 раздела «Лыжные гонки»:* «Куда укатишься за два шага».

*На материале раздела «Плавание»:* «Торпеды», «Гонка лодок», «Гонка мячей», «Паровая машина», «Водолазы», «Гонка катеров».

*На материале спортивных игр:*

*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».

При планировании учебного материала настоящей рабочей программы допускается для ОУ, не имеющего возможности проводить занятия по темам «Лыжные гонки» и «Плавание», заменять эти темы углублённым освоением содержания тем «Гимнастика» и «Подвижные игры». В отсутствие реальных возможностей проводить занятия по разделу «Плавание» образовательные учреждения могут воспользоваться спортивными бассейнами учреждений дополнительного образования, а также бассейнами, находящимися в муниципальной и региональной собственности.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № пп | Дата проведения | | | | | | | | Тема, содержание урока | Тип урока | Примечание |
| План | | | | | | | Факт |
| 1 |  | | | | | | |  | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м. | Вводный |  |
| 2 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Стартовый разгон. Бег 60 м. | Комбинированный |  |
| 3 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Высокий старт. Бег 30 м. | Контроль |  |
| 4 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Стартовый разгон. Бег 60м. | Контроль |  |
| 5 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | Комбинированный |  |
| 6 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Тройной прыжок с места. | Комбинированный |  |
| 7 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Тройной прыжок с места. | Комбинированный |  |
| 8 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Подвижная игра с элементом легкой атлетики. | Комбинированный |  |
| 9 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Тройной прыжок с места. | Контроль |  |
| 10 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | Контроль |  |
| 11 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча на дальность. Подвижная игра с элементом легкой атлетики. | Комбинированный |  |
| 12 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность. | Комбинированный |  |
| 13 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м. Подвижная игра с элементом легкой атлетики. | Комбинированный |  |
| 14 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность. | Контроль |  |
| 15 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м. Эстафеты. | Контроль |  |
| 16 |  | | | | | | |  | Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. | Вводный |  |
| 17 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Пасовка волейболистов». | Игровой |  |
| 18 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета. | Игровой |  |
| 19 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Подвижная игра «Пасовка волейболистов». | Игровой |  |
| 20 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо двумя руками снизу. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Эстафета. | Игровой |  |
| 21 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо двумя руками снизу. Подвижная игра «Охотники и утки». | Игровой |  |
| 22 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. | Игровой |  |
| 23 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Охотники и утки». | Игровой |  |
| 24 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета. | Игровой |  |
| 25 |  | | | | | | |  | ТБ на уроке по гимнастике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Висы и упоры. | Вводный |  |
| 26 |  | | | | | | |  | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату в три приема. Упражнение на равновесие (на бревне). | Комбинированный |  |
| 27 |  | | | | | |  | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Висы и упоры. | Комбинированный |  |
| 28 |  | | | | | |  | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Упражнение на равновесие (на бревне). | Комбинированный |  |
| 29 |  | | | | | |  | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Висы и упоры. | Комбинированный |  |
| 30 |  | | | | | |  | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату в три приема. Опорный прыжок. | Комбинированный |  |
| 31 |  | | | | | |  | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Опорный прыжок. | Комбинированный |  |
| 32 |  | | | | |  | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Висы и упоры. | Комбинированный |  |
| 33 |  | | | | |  | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнение на равновесие (на бревне). Опорный прыжок. | Комбинированный |  |
| 34 |  | | | | |  | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату в три приема. Прыжки через скакалку. | Комбинированный |  |
| 35 |  | | | | |  | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Упражнение на равновесие (на бревне). | Комбинированный |  |
| 36 |  | | | | |  | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Опорный прыжок. | Комбинированный |  |
| 37 |  | | | | |  | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Подтягивание (м) , наклон туловища вперёд (д). | Контроль |  |
| 38 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Лазанье по канату в три приема. Упражнения на брусьях. | Комбинированный |  |
| 39 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Висы и упоры. Прыжки через скакалку. | Комбинированный |  |
| 40 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Подтягивание (м) , наклон туловища вперёд (д). | Комбинированный |  |
| 41 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазанье по канату в три приема. | Контроль |  |
| 42 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Прыжки через скакалку. | Комбинированный |  |
| 43 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Преодоление полосы препятствий. Опорный прыжок. | Контроль |  |
| 44 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Челночный бег 3х10. | Комбинированный |  |
| 45 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Акробатические упражнения. Лазанье по канату в три приема. | Контроль |  |
| 46 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнение на равновесие (на бревне). Челночный бег 3х10. | Комбинированный |  |
| 47 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Упражнение на равновесие (на бревне). Подтягивание (м) , наклон туловища вперёд (д). | Комбинированный |  |
| 48 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Подтягивание (м) , наклон туловища вперёд (д). Челночный бег 3х10. | Контроль |  |
| 49 |  | | | |  | | | | ТБ на уроке по лыжной подготовке. Повороты переступанием. Подъем «лесенкой». | Вводный |  |
| 50 |  | | | |  | | | | Подъем «лесенкой». Спуски в низкой стойке. | Комбинированный |  |
| 51 |  | | | |  | | | | Подъем «полуелочкой». Спуски в высокой стойке. | Комбинированный |  |
| 52 |  | | | |  | | | | Подъем «полуелочкой». Спуски в низкой стойке. | Комбинированный |  |
| 53 |  | | | |  | | | | Подъем «лесенкой». Спуски в высокой стойке. | Комбинированный |  |
| 54 |  | | | |  | | | | Одновременный одношажный ход. Торможение «плугом». | Комбинированный |  |
| 55 |  | | | |  | | | | Одновременный одношажный ход. Торможение упором. | Комбинированный |  |
| 56 |  | | | |  | | | | Одновременный одношажный ход. Торможение «плугом». | Комбинированный |  |
| 57 |  | | | |  | | | | Попеременный двухшажный ход. Торможение упором. | Комбинированный |  |
| 58 |  | | | |  | | | | Попеременный двухшажный ход. Торможение «плугом». | Комбинированный |  |
| 59 |  | | |  | | | | | Попеременный двухшажный ход. Торможение упором. | Комбинированный |  |
| 60 |  | | |  | | | | | Повороты переступанием. Эстафеты. | Комбинированный |  |
| 61 |  | | |  | | | | | Одновременный одношажный ход. Эстафеты. | Комбинированный |  |
| 62 |  | | |  | | | | | Прохождение дистанции до 2,5 км. | Комбинированный |  |
| 63 |  | | |  | | | | | Попеременный двухшажный ход. Эстафеты. | Комбинированный |  |
| 64 |  | | |  | | | | | Прохождение дистанции до 2,5 км. | Контроль |  |
| 65 |  | | |  | | | | | Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. | Игровой |  |
| 66 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Пасовка волейболистов». | Игровой |  |
| 67 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета. | Игровой |  |
| 68 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Игра «Пасовка волейболистов». | Игровой |  |
| 69 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо двумя руками снизу. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Эстафета. | Игровой |  |
| 70 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо двумя руками снизу. Подвижная игра «Охотники и утки». | Игровой |  |
| 71 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. | Игровой |  |
| 72 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Охотники и утки». | Игровой |  |
| 73 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета. | Игровой |  |
| 74 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Подвижная игра «Альпинисты». | Игровой |  |
| 75 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Броски в кольцо двумя руками снизу. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Эстафета. | Игровой |  |
| 76 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета. Подвижная игра «Альпинисты». | Игровой |  |
| 77 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Броски в кольцо двумя руками снизу. Эстафета. | Игровой |  |
| 78 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Эстафета. Подвижная игра «Альпинисты». | Игровой |  |
| 79 |  | | |  | | | | | Т.Б. на уроке по подвижным играм. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. | Игровой |  |
| 80 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Пасовка волейболистов». | Игровой |  |
| 81 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета. | Игровой |  |
| 82 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Игра «Пасовка волейболистов». | Игровой |  |
| 83 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Броски в кольцо двумя руками снизу. Броски в кольцо одной рукой от плеча. Эстафета. | Игровой |  |
| 84 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Броски в кольцо двумя руками снизу. Подвижная игра «Охотники и утки». | Игровой |  |
| 85 |  | | | |  | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча на месте и в движении. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Эстафета. | Игровой |  |
| 86 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение мяча с изменением направления. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Охотники и утки». | Игровой |  |
| 87 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Ведение на месте правой и левой рукой в движении шагом и бегом. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафета. | Игровой |  |
| 88 |  | | |  | | | | | Т.Б. на уроках по легкой атлетике. Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Высокий старт. Стартовый разгон. Бег 30 м. | Комбинированный |  |
| 89 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Стартовый разгон .Бег 60 м. | Комбинированный |  |
| 90 |  | | |  | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Высокий старт. Бег 30м | Контроль |  |
| 91 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Стартовый разгон. Бег 60 м. | Контроль |  |
| 92 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | Комбинированный |  |
| 93 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Тройной прыжок с места. | Комбинированный |  |
| 94 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Тройной прыжок с места. | Комбинированный |  |
| 95 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Подвижная игра с элементом легкой атлетики. | Комбинированный |  |
| 96 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Тройной прыжок с места. | Контроль |  |
| 97 |  | |  | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Прыжок в длину (способом согнув ноги). Эстафеты. | Контроль |  |
| 98 |  |  | | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча на дальность. Подвижная игра с элементом легкой атлетики. | Комбинированный |  |
| 99 |  |  | | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Равномерный бег 5-6 мин. Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность. | Комбинированный |  |
| 100-101 |  |  | | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м. Подвижная игра с элементом легкой атлетики. | Комбинированный |  |
| 102-103 |  |  | | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бросок мяча на дальность. Бросок мяча на точность. | Контроль |  |
| 104-105 |  |  | | | | | | | Строевые упражнения. Медленный бег. О.Р.У. Бег 1500 м. Эстафеты. | Контроль |  |

**Лист корректировки рабочей программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| класс | Название разделов, тем | Дата проведения по плану | Причина корректировки | Дата проведения по факту |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |