

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа

Советского района Ростовской области



«Утверждаю»
Директор МБОУ Советской СОШ
Т.Н.Емельяненко
Приказ № 124 от 28.08.2020г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2020 – 2021 учебный год
по физической культуре

Уровень образования (класс) начальное общее, 4 класс

Общее количество часов 105

Количество часов в неделю 3 часа в неделю

Учитель физической культуры **Николаев Андрей Владимирович**

Учитель начальных классов **Деева Елена Владимировна**

Программа разработана на основе «Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В. И. Ляха. 1—4 классы учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 9-е изд. — М. : Просвещение, 2020»

2020 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по русскому языку для 1-4 классов (далее программа) является частью Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ Советской СОШ, утверждённой Приказом директора школы от 28.08.2020 г. № 122 и составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 года № 373 (с изменениями);
- Учебный план на 2020-2021 учебный год МБОУ Советской СОШ, утверждённый Приказом директора школы от 28.08.2020 г. № 121;
- Примерная программа по предметам «Начальная школа» (Стандарты второго поколения) – М., «Просвещение», 2012 год;
- Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования;
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов»/В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2020г.

- УМК:

1. Физическая культура. 1- 4 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / В.И. Лях. – 5-е изд. –М.: Просвещение, 2018.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движения, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных(скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

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

Содержание программы по учебному предмету «Физическая культура», 4 класс (ФГОС НОО) отведено 105 часов. Согласно производственному календарю, учебному плану школы на 2020-2021уч.г., с учётом переноса праздничных дней, программа будет выполнена за 104 часа за счёт объединения уроков.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Ожидается, что учащиеся по завершению обучения смогут демонстрировать следующие результаты в освоении физической культуры

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- 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;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
 - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.
- 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 учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
 - планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее 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.

Предметные результаты:

Учащийся 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;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Учащийся получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
- выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» 4 класс.

| № п/п | Раздел предмета | Количество часов на раздел | Формы контроля |
|-------|---|----------------------------|--|
| 1 | <p>Знания о физической культуре. Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Спортивная игра «Футбол». Зарядка. Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Физкультминутка</p> | 5 | <p>По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится текущий контроль освоения учебного материала и выполнения учебных нормативов по видам двигательной деятельности. Таблица нормативов указана ниже.</p> |
| 2 | <p>Физическое совершенствование. Легкая атлетика. Тестирование бега на 30м с высокого старта. Челночный бег. Тестирование челночного бега 3 x 10м. Тестирование бега на 60 м с высокого старта. Тестирование метания мяча на дальность. Техника прыжка с разбега. Прыжок в длину с разбега на результат. Тестирование метания малого мяча на точность. Тестирование прыжка в длину с места. Полоса препятствий. Усложненная полоса препятствий. Прыжок в высоту с прямого разбега. Прыжок в высоту способом «перешагивания». Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и</p> | 27 | |

| | | | |
|---|--|----|--|
| | <p>«из – за головы».</p> <p>Броски набивного мяча правой и левой рукой.</p> <p>Тестирование прыжка в длину с места.</p> <p>Тестирование метания малого мяча на точность.</p> <p>Беговые упражнения.</p> <p>Тестирование бега на 30 м с высокого старта.</p> <p>Тестирование челночного бега 3 x 10 м.</p> | | |
| 3 | <p>Гимнастика с основами акробатики.</p> <p>Тестирование наклона вперед из положения стоя.</p> <p>Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с.</p> <p>Тестирование подтягиваний и отжиманий.</p> <p>Тестирование виса на время .</p> <p>Кувырок вперед.</p> <p>Кувырок вперед с разбега и через препятствие.</p> <p>Кувырок назад.</p> <p>Стойка на голове и на руках.</p> <p>Гимнастические упражнения.</p> <p>Висы.</p> <p>Лазанье по гимнастической стенке и висы.</p> <p>Лазанье по канату в два приема.</p> <p>Вращение обруча.</p> <p>Знакомство с опорным прыжком.</p> <p>Опорный прыжок.</p> <p>Тестирование виса на время.</p> <p>Тестирование наклона вперед из положения стоя.</p> <p>Тестирование подтягиваний и отжиманий.</p> <p>Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек.</p> | 30 | |

| | | | |
|---|--|----|--|
| 4 | <p>Подвижные игры и спортивные игры. Техника паса в футболе. Броски и ловля мяча в парах. Броски мяча в парах на точность. Броски и ловля мяча в парах. Броски и ловля мяча в парах у стены. Подвижная игра «Осада города». Броски и ловля мяча. Упражнения с мячом. Ведение мяча. Подвижные игры. Броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Пионербол». Упражнения с мячом. Волейбольные упражнения. Баскетбольные упражнения. Спортивная игра «Баскетбол». Футбольные упражнения. Спортивная игра «Футбол». Спортивные игры. Подвижные и спортивные игры.</p> | 26 | |
| 5 | <p>Кроссовая подготовка. Беговые упражнения. Бег чередование с ходьбой до 600 м, 800 м, 1000 м Бег в равномерном темпе до 600м, 800 м, 1000 м Тестирование бега на 600 м. Тестирование бега на 800 м. Тестирование бега на 1000 м.</p> | 14 | |

Контроль и учет уровня физического развития и физической подготовленности учащихся

Физическая подготовленность проверяется при стартовом контроле и сдаче контрольных нормативов в конце учебного года по шести основным тестам: скоростным, скоростно-силовым, силовым, выносливости, координации, гибкости, силы.

| № п/п | Физические способности | Контрольное упражнение (тест) | Возраст | Уровень | | | | | |
|-------|------------------------|-------------------------------|---------|----------|----------|---------|---------|-----------|---------|
| | | | | Мальчики | | | Девочки | | |
| | | | | низкий | средний | высокий | низкий | средний | высокий |
| 1 | Скорость | Бег 30 м, с | 8 | 7,1 | 7,0-6,0 | 5,4 | 7,3 | 7,2-6,2 | 5,6 |
| | | | 9 | 6,8 | 6,7-5,7 | 5,1 | 7,0 | 6,9-5,6 | 5,3 |
| 2 | Координация | Челночный бег 3×10 м/ с | 8 | 0,4 | 10,0-9,5 | 9,1 | 11,2 | 10,7-10,1 | 9,7 |
| | | | 9 | 10,2 | 9,9-9,3 | 8,8 | 10,8 | 10,3-9,7 | 9,3 |
| 3 | Скоростно-силовые | Прыжок в длину с места | 8 | 110 | 125-145 | 165 | 90 | 125-140 | 155 |
| | | | 9 | 120 | 130-150 | 175 | 110 | 135-150 | 160 |
| 4 | Выносливость | 6-минутный бег, м | 8 | 750 | 800-950 | 1150 | 550 | 650-850 | 950 |
| | | | 9 | 800 | 850-1000 | 1200 | 600 | 700-900 | 1000 |
| 5 | Гибкость | Наклон вперед | 8 | 1 | 3-5 | 7,5 | 2 | 5-8 | 11,5 |
| | | | 9 | 1 | 3-5 | 7,5 | 2 | 6-9 | 13,0 |

Календарно-тематическое планирование в 4 классе

| № п/п | Раздел, тема | Кол-во часов | Дата | |
|----------|---|-----------------|-------|------|
| | | | План | факт |
| | Знания о физической культуре. | 1 | | |
| 1. | Организационно-методические требования на уроках физической культуры. | 1 | 01.09 | |
| | Легкая атлетика. | 10 | | |
| 2. | Тестирование бега на 30 м с высокого старта. | 1 | 02.09 | |
| 3. | Техника челночного бега. | 1 | 04.09 | |
| 4. | Тестирование челночного бега 3x10м. | 1 | 08.09 | |
| 5. | Тестирование бега на 60 м с высокого старта. | 1 | 09.09 | |
| 6. | Тестирование метания малого мяча на дальность. | 1 | 11.09 | |
| 7. | Техника прыжка в длину с разбега | 1 | 15.09 | |
| 8. | Прыжки в длину с разбега на результат. | 1 | 16.09 | |
| 9. | Тестирование прыжка в длину с разбега. | 1 | 18.09 | |
| 10. | Тестирование метания малого мяча на точность | 1 | 22.09 | |
| 11. | Тестирование прыжка в длину с места | 1 | 23.09 | |
| | Кроссовая подготовка. | 7 | | |
| 12. | Бег в чередовании с ходьбой до 600м . | 1 | 25.09 | |
| 13. | Бег в чередовании с ходьбой до 800 м. | 1 | 29.09 | |
| 14. | Бег в чередовании с ходьбой до 1000м. | 1 | 30.09 | |
| 15. | Бег в равномерном темпе до 600м | 1 | 02.10 | |
| 16. | Бег в равномерном темпе 800м | 1 | 06.10 | |
| 17. | Бег в равномерном темпе 1000м. | 1 | 07.10 | |
| 18. | Бег 1000м без учёта времени. | 1 | 09.10 | |
| | Знания о физической культуре. | 1 | | |

| | | | | |
|-----|--|-----------|---------------------|--|
| 19. | Спортивная игра «Футбол». | 1 | 13.10 | |
| | Подвижные игры и спортивные игры. | 19 | | |
| 20. | Броски и ловля мяча в парах. | 1 | 14.10 | |
| 21. | Броски мяча в парах на точность. | 1 | 16.10 | |
| 22. | Броски и ловля мяча в парах. | 1 | 20.10 | |
| 23. | Подвижная игра «Осада города». | 1 | 21.10 | |
| 24. | Упражнения с мячом. | 1 | 23.10 | |
| 25. | Подвижные игры. | 1 | 27.10 | |
| 26. | Ловля и передача мяча от груди. Ведение мяча на месте. | 1 | 28.10 | |
| 27. | Ловля и передача мяча в движении. Эстафеты с передачей мяча. | 1 | 2 четверть 10.11 | |
| 28. | Ловля и передача мяча в движении. Эстафеты с передачей мяча. | 1 | 11.11 | |
| 29. | Ловля и передача мяча одной рукой от плеча. Ведение левой и правой рукой. | 1 | 13.11 | |
| 30. | Ловля и передача мяча одной рукой от плеча. Ведение левой и правой рукой. | 1 | 17.11 | |
| 31. | Ловля и передача мяча одной рукой от плеча. Броски в кольцо двумя руками от груди. | 1 | 18.11 | |
| 32. | Ловля и передача мяча в кругу. Броски в кольцо двумя руками от груди. | 1 | 20.11 | |
| 33. | Спортивная игра «Баскетбол». | 1 | 24.11 | |
| 34. | Спортивная игра «Баскетбол». | 1 | 25.11 | |
| 35. | Броски мяча через волейбольную сетку. | 1 | 27.11 | |
| 36. | Броски мяча через волейбольную сетку. | 1 | 01.12 | |
| 37. | Подвижная игра «Пионербол». | 1 | 02.12 | |
| 38. | Подвижная игра «Пионербол». | 1 | 04.12 | |
| | Знания о физической культуре. | 1 | | |
| 39. | Зарядка. | 1 | 08.12 | |
| | Гимнастика с основами акробатики. | 6 | | |

| | | | | |
|-----|--|-----------|---------------------|--|
| 40. | Кувырок вперед. | 1 | 09.12 | |
| 41. | Кувырок назад. | 1 | 11.12 | |
| 42. | Кувырок вперед с разбега и через препятствие. | 1 | 15.12 | |
| 43. | Стойка на голове и на руках. | 1 | 16.12 | |
| 44. | Стойка на голове и на руках. | 1 | 18.12 | |
| 45. | Круговая тренировка. | 1 | 22.12 | |
| | Знания о физической культуре. | 1 | | |
| 46. | Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. | 1 | 23.12 | |
| | Гимнастика с основами акробатики. | 24 | | |
| 47. | Гимнастические упражнения | 1 | 25.12 | |
| 48. | Лазание по канату произвольным способом. | 1 | 29.12 | |
| 49. | Лазание по канату произвольным способом. | 1 | 30.12 | |
| 50. | Круговая тренировка. | 1 | 3 четверть 12.01 | |
| 51. | Мост, стойка на лопатках | 1 | 13.01 | |
| 52. | Мост, стойка на лопатках | 1 | 15.01 | |
| 53. | Мост, кувырок назад | 1 | 19.01 | |
| 54. | Опорный прыжок. | 1 | 20.01 | |
| 55. | Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. | 1 | 22.01 | |
| 56. | Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук. | 1 | 26.01 | |
| 57. | Вскок на коня, в упор на коленях, соскок со взмахом рук. | 1 | 27.01 | |
| 58. | Вскок на коня, в упор на коленях, соскок со взмахом рук. | 1 | 29.01 | |
| 59. | Тестирование опорного прыжка. | 1 | 02.02 | |
| 60. | Круговая тренировка. | 1 | 03.02 | |
| 61. | Упражнения в равновесии. Висы | 1 | 05.02 | |
| 62. | Упражнения в равновесии. Висы | 1 | 09.02 | |

| | | | | |
|-----|--|----------|--------------------|--|
| 63. | Упражнения в равновесии. Подтягивание в висе(М), в висе лежа(Д) | 1 | 10.02 | |
| 64. | На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног. Поднимание туловища. | 1 | 12.02 | |
| 65. | Тестирование вися на время. | 1 | 16.02 | |
| 66. | Тестирование наклона вперед из положения стоя. | 1 | 17.02 | |
| 67. | Тестирование подтягивания на низкой перекладине из вися лежа согнувшись | 1 | 19.02 | |
| 68. | Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 сек. | 1 | 24.02 | |
| 69. | Эстафеты с преодолением препятствий и элементами акробатики. | 1 | 26.02 | |
| 70. | Эстафеты с преодолением препятствий и элементами акробатики. | 1 | 02.03 | |
| | Лёгкая атлетика | 7 | | |
| 71. | Прыжок в высоту с прямого разбега. | 1 | 03.03 | |
| 72. | Прыжок в высоту с прямого разбега на результат. | 1 | 05.03 | |
| 73. | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 1-3 шагов разбега. | 1 | 09.03 | |
| 74. | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 1-3 шагов разбега. | 1 | 10.03 | |
| 75. | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 3-5 шагов разбега. | 1 | 12.03 | |
| 76. | Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 3-5 шагов разбега. | 1 | 16.03 | |
| 77. | Круговая тренировка. | 1 | 17.03 | |
| | Знания о физической культуре. | 1 | | |
| 78. | Физкультминутка. | 1 | 19.03 | |
| | Подвижные игры и спортивные игры. | 7 | | |
| 79. | Ловля и передача мяча в квадрате. Игра «10 передач» | 1 | 23.03 | |
| 80. | Ловля и передача мяча в кругу. Игра «Мяч капитану» | 1 | 24.03 | |
| 81. | Бросок двумя от груди. Эстафеты с мячами. | 1 | 4четверть 06.04 | |

| | | | | |
|------|--|-----------|-------|--|
| 82. | Спортивная игра «Баскетбол». | 1 | 07.04 | |
| 83. | Спортивная игра «Баскетбол». | 1 | 09.04 | |
| 84. | Подвижная игра «Осада города». | 1 | 13.04 | |
| 85. | Спортивная игра «Футбол». | 1 | 14.04 | |
| | Легкая атлетика. | 10 | | |
| 86. | Метание мяча в цель. | 1 | 16.04 | |
| 87. | Метание мяча на дальность. | 1 | 20.04 | |
| 88. | Бег на скорость 30-60м | 1 | 21.04 | |
| 89. | Бег 30 м на результат. | 1 | 23.04 | |
| 90. | Бег 60 м на результат. | 1 | 27.04 | |
| 91. | Бег 100 м на результат. | 1 | 28.04 | |
| 92. | Прыжки в длину с места и разбега. | 1 | 30.04 | |
| 93. | Прыжок в длину с разбега, согнув ноги. | 1 | 04.05 | |
| 94. | Тестирование прыжка в длину с места. | 1 | 05.05 | |
| 95. | Тестирование прыжка в длину с разбега. | 1 | 07.05 | |
| | Кроссовая подготовка | 7 | | |
| 96. | Бег чередование с ходьбой до 600 м. | 1 | 11.05 | |
| 97. | Бег чередование с ходьбой до 800 м. | 1 | 12.05 | |
| 98. | Бег чередование с ходьбой до 1000 м. | 1 | 14.05 | |
| 99. | Бег в равномерном темпе до 600м. | 1 | 18.05 | |
| 100. | Бег в равномерном темпе до 800м. | 1 | 19.05 | |
| 101. | Бег в равномерном темпе до 1000м. | 1 | 21.05 | |
| 102. | Бег 1000м без учета времени. | 1 | 25.05 | |
| | Подвижные игры и спортивные игры. | 3 | | |

| | | | | |
|------|-----------------|---|-------|--|
| 103. | Подвижные игры. | 1 | 26.05 | |
| 104. | Подвижные игры. | 1+1 Объединение 104 и 105 уроков | 28.05 | |

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
Протокол № 1 от 28.08.2020г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
28.08.2020г. _____ Старун Е.С.

Лист коррекции (корректировки) календарно-тематического планирования

| № п/п | Предмет | Учитель | Класс | Причина коррекции (корректировки) | Способ коррекции (корректировки) | Дата, тема урока | Кол-во часов по плану за год | Кол-во фактических часов с учётом коррекции (корректировки) |
|-------|---------|---------------|-------|---|----------------------------------|------------------|------------------------------|---|
| 1. | Физ-ра | Николаев А.В. | 4 АБ | Согласно производственному календарю праздничный день 23.02.2021 является выходным днем | Объединение тем уроков 104 и 105 | Подвижные игры. | 2 | 1 |
| | | | | | | | 105 | 104 |