

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«БУЖАНИНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ Бужаниновская СОШ



А.Б. Никульцев

приказ №53 от "29" августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по **ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

(учебный предмет)

для базового уровня класс 4Б

(уровень: базовый, профильный)

2023-2024 учебный год

(срок реализации)

Рабочая программа составлена на основе авторской программы по физической культуре УМК «Школа России» В.И. Лях, А.А. Зданевич издательство Просвещение, Москва, 2021г.

(указать точное название программы, автора и ее выходные данные)

Разработчик программы:

Недюдина Татьяна Валерьевна учитель физической культуры высшей квалификационной категории

(Ф.И.О. учителя; занимаемая должность, квалификационная категория)

2023г.

Пояснительная записка.

В 2023-2024 учебном году школа работает в 4 классе по учебному плану ФГОС НОО с учётом пятидневной учебной недели. Учебный план ФГОС НОО в 4 классе предусматривает изучение физической культуры в объеме 72 часов в год (36 часов в неделю).

Рабочая программа составлена на основе авторской программы Физическая культура УМК «Школа России» В.И.Лях - М.: «Просвещение», 2021, в соответствии с требованиями ФГОС НОО. В данной программе реализуется линия учебников под редакцией В.И. Ляха, рекомендованная Министерством просвещения Российской Федерации.

Рабочая программа по физической культуре для 4 класса создана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 № 1576 (далее – ФГОС НОО), Фундаментального ядра содержания образования и Основной образовательной программы МБОУ «Бужаниновская средняя общеобразовательная школа».

В соответствии с Программой воспитания, принятой в школе, рабочая программа по физической культуре обеспечивает целостность и единство воспитательного воздействия на обучающихся; самореализацию и самоорганизацию; формирует личностные компетенции, внутренние позиции личности, способствующие подготовке к жизни в обществе, формирующие целостное мировоззрение на основе научного, эстетического и практического познания мира.

Программа по физической культуре для 4 класса начальной общеобразовательной школы является первым шагом реализации основных идей ФГОС НОО. Её характеризует направленность на достижение результатов освоения курса не только на предметном, но и на личностном и метапредметном уровнях.

Основными целями курса являются: формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации отдыха.

Рабочая программа включает: планируемые предметные результаты освоения физической культуры в 4 классе, содержание учебного предмета, календарно-тематическое планирование, формы организации учебных занятий. В рабочей программе используются следующие оценочные процедуры: практические, тестовые.

Предметные результаты освоения учебного предмета.

- 1) Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.
- 2) Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.)
- 3) Формирование навыка систематического наблюдения за своим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости), в том числе подготовка к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»(ГТО)

Содержание учебного курса по физической культуре

Тема раздела	Количество часов	Содержание
Легкая атлетика	16	<i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Бег в равномерном темпе в чередовании с ходьбой. Развитие выносливости. <i>Прыжковые упражнения:</i> на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; <i>Броски:</i> большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. <i>Метание:</i> малого мяча в вертикальную цель и на дальность.
Гимнастика	13	<i>Организующие команды и приемы.</i> Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа; выполнять вис на время; проходить станции круговой тренировки; выполнять различные перекаты, кувырок вперед, «мост», стойку на лопатках; лазать и перелезать по гимнастической стенке; лазать по канату; выполнять висы на перекладине; прыжки со скакалкой, в скакалку, вращение обруча; вис углом, вис согнувшись, вис прогнувшись.
Подвижные игры	2	Совершенствование естественных движений (ходьба, бег, прыжки, метания), элементарных игровых умений (ловля мяча, передачи, броски, удары по мячу) и технико-тактические взаимодействия (выбор места, взаимодействие с партнером, командой и соперником), которые необходимы при дальнейшем овладении спортивными играми в средних и старших классах.
Лыжная подготовка	13	Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение. Лыжные гонки. Эстафеты. Прохождение этапа до 1000м.
Подвижные игры на основе баскетбола	8	Передвижения без мяча, с мячом, ведение мяча, броски мяча в корзину, подвижные игры на основе баскетбола.
Легкая атлетика	20	<i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Бег в равномерном темпе в чередовании с ходьбой. <i>Прыжковые упражнения:</i> на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; <i>Броски:</i> большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. <i>Метание:</i> малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата план	Дата факт	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Учебно- лабораторное оборудование
Легкая атлетика (16 часов)					
1.	01.09.23		Инструктаж по ТБ. Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	Применять правила ТБ. Выполнять ходьбу под счет. Выполнять основные движения в ходьбе и беге; бег с ускорением (30 м., 60м)	Спортивное оборудование
2.	04.09.23		Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Игра «Смена сторон». Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	Применять понятия: «короткая дистанция», скоростная дистанция. Играть по правилам подвижных игр.	Спортивное оборудование
3.	08.09.23		Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	Применять считалки для выбора водящего. Развитие скоростных качеств.	Спортивное оборудование
4.	11.09.23		Повторение бега на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	Развитие внимания. Совершенствовать разновидности ходьбы. Выполнять общеразвивающие упражнения.	Спортивное оборудование
5.	15.09.23		Совершенствование бега на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Развитие скоростных способностей. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.		Спортивное оборудование
6.	18.09.23		Прыжки в длину по заданным ориентирам.		Спортивное оборудование

			Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно – силовых способностей. Комплексы упражнений на развитие скоростно – силовых качеств.	Выполнять основные движения в прыжках. Выполнять прыжки в длину с места.	
7.	22.09.23		Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнять прыжки в длину с разбега, приземляться в прыжковую яму на обе ноги. Развивать скоростно-силовые качества.	Спортивное оборудование
8.	25.09.23		Повторение техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей.	Играть в подвижные и малоподвижные игры.	Спортивное оборудование
9.	29.09.23		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.	Правильно выполнять основные движения в метании. Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.	Спортивное оборудование
10.	02.10.23		Повторение техники броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Третий лишний». Развитие скоростно-силовых способностей.	Развивать скоростно-силовые качества.	Спортивное оборудование
11.	06.10.23		Совершенствование техники броска теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Охотники и утки». Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнять комплекс ОРУ. Играть в подвижные и малоподвижные игры.	Спортивное оборудование
12.	16.09.23		Равномерный бег (5 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на развитие выносливости.	Бегать в равномерном темпе (до 10 мин). Бег по слабо	Спортивное оборудование

13.	20.10.23		Равномерный бег (6 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 100 м). Игра «Вышибалы». Развитие выносливости.	пересеченной местности (до 1 км).	Спортивное оборудование
14.	23.10.23		Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «День и ночь». Развитие выносливости.	Выполнять равномерный бег в чередовании с ходьбой.	Спортивное оборудование
15.	27.10.23		Равномерный бег (8 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 м). Игра «Караси и щука». Развитие выносливости.		Спортивное оборудование
16.	30.10.23		Равномерный бег (8 мин). Чередование бега и ходьбы (бег – 90 м, ходьба – 90 мИгра «Караси и щука». Развитие выносливости.		Выполнять комплекс упражнений.
			Развивать скоростно- силовые качества, выносливость.		
			Играть в подвижные и малоподвижные игры.		
			Ориентироваться в понятиях: скорость бега, здоровье.		
			Выполнять комплекс ОРУ.		
			Применять считалки в играх при выборе водящего.		
Гимнастика (13 часов)					
17.	03.11.23		Инструктаж по ТБ. ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну большими шагами и выпадами.	Выполнять строевые команды.	Спортивное оборудование
18.	06.11.23		ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных	Выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесии.	
				Выполнять акробатические элементы раздельно и в	Спортивное оборудование

			способностей. Игра «Что изменилось?».	комбинации.	
19.	10.11.23		ОРУ. Кувырок вперед, кувырок назад. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Что изменилось?».	Лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок, висы. Развивать координационные способности. Выполнять комплекс ОРУ. Играть в подвижные и малоподвижные игры. Перестраиваться по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкаться на вытянутые в стороны руки. Выполнять повороты направо, налево, кругом. Выполнять перелезания через горку матов, через коня, бревно.	Спортивное оборудование
20.	13.11.23		ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Точный поворот».		Спортивное оборудование
21.	17.11.23		ОРУ. Мост (с помощью и самостоятельно). Кувырок назад и перекат, стойка на лопатках. Выполнение команд «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Развитие координационных способностей. Игра «Быстро по местам».		Спортивное оборудование
22.	27.11.23		ОРУ с гимнастической палкой. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств.		Спортивное оборудование
	01.12.23		ОРУ с гимнастической палкой. Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги. Эстафеты. Игра «Посадка картофеля». Развитие силовых качеств.		Спортивное оборудование
23.	04.12.23		ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств.		Спортивное оборудование

24.	08.12.23		ОРУ с обручами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Эстафеты. Игра «Не ошибись!». Развитие силовых качеств.	Выполнять комплекс упражнений с предметами. Развивать память, внимание, скорость реакции.	Спортивное оборудование
25.	11.12.23		ОРУ с мячами. На гимнастической стенке вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Эстафеты. Игра « Три движения». Развитие силовых качеств.		Спортивное оборудование
26.	15.12.23		ОРУ с мячами. Повторение вися прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Эстафеты. Игра « Три движения». Развитие силовых качеств.		Спортивное оборудование
27.	18.12.23		ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.		Спортивное оборудование
28.	22.12.23		ОРУ в движении. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Игра «Прокати быстрее мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.		Спортивное оборудование
Подвижные игры (2 часа)					
29.	25.12.23		ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафета «Веребочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств.	Выполнять комплекс упражнений с предметами и без. Развивать скоростно-силовые качества, внимание, скорость реакцииПрименять считалки для выбора водящего в игре. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием.	Спортивное оборудование
30.	29.12.23		ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, жучка». Эстафета «Веребочка под ногами». Развитие скоростно-силовых качеств.		Спортивное оборудование

Лыжная подготовка (13 часов)					
31.	08.01.24		ТБ на уроках лыжной подготовки. Значение и основные правила закаливания. Основные способы передвижения человека. Переноска лыж. Надевание лыж. Подвижные игры на воздухе.	Применять правила ТБ на уроках лыжной подготовки.	Спортивное оборудование
32.	12.01.24		Значение и основные правила закаливания. Основные способы передвижения человека. Переноска лыж. Надевание лыж. Развитие выносливости. Подвижные игры на воздухе.	Правильно переносить лыжи.	Спортивное оборудование
33.	15.01.24		Переноска лыж. Надевание лыж. Попеременный 2-шажный ход с палками. ОРУ. Развитие выносливости. Бесшажный ход. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры на воздухе.	Надевать и снимать лыжи. Выполнять технику хождения на лыжах.	Спортивное оборудование
34.	19.01.24		Торможение « плугом » и « упором ». Повороты переступанием в движении. ОРУ. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств. Подвижные игры на воздухе.	Передвигаться на лыжах разными способами.	Спортивное оборудование
35.	22.01.24		Торможение « плугом » и « упором ». Повороты переступанием в движении. ОРУ. Спуск в основной стойке. Развитие выносливости. Подвижные игры на воздухе.	Выполнять подъемы и спуски. Выполнять повороты вокруг себя.	Спортивное оборудование
36.	26.01.24		Повторение способов торможения « плугом » и « упором ». Повороты переступанием в движении. ОРУ. Спуск в основной стойке. Спуск с прохождением ворот лыжных палок. Развитие выносливости. Подвижные игры на	Ходьба на лыжах на дистанцию до 1000м. Участвовать в лыжной эстафете. Выполнять комплекс	Спортивное оборудование

			воздухе.	упражнений на лыжах.	
37.	29.01.24		Совершенствование способов торможения «пругом» и «упором». Повороты переступанием в движении. ОРУ. Спуск в основной стойке. Спуск с прохождением ворот лыжных палок. Подъём «лесенкой». Развитие выносливости. Подвижные игры на воздухе.	Играть в подвижные игры.	Спортивное оборудование
38.	02.02.24		Передвижение на лыжах 600м. Подвижные игры на воздухе.	Передвигаться по учебной лыжне. Соблюдать дистанцию во время занятий на лыжах. Развивать координационные способности.	Спортивное оборудование
39.	05.02.24		Передвижение на лыжах 700м. Подвижные игры на воздухе.		Спортивное оборудование
40.	09.02.24		Передвижение на лыжах 800 м. Подвижные игры на воздухе.		Спортивное оборудование
41.	12.02.24		Передвижение на лыжах 900м. Подвижные игры на воздухе.		Спортивное оборудование
42.	16.02.24		Передвижение на лыжах 1000м. Подвижные игры на воздухе.		Спортивное оборудование
43.	26.02.24		Закрепление навыков передвижения на лыжах.		
Подвижные игры на основе баскетбола (8 часов)					
44.	01.03.24		ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу»	Владеть мячом. (держат, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр.	Спортивное оборудование
45.	04.03.24		ОРУ. Отработка приемов ловли и передачи мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу».		Спортивное оборудование
46.	11.03.24		ОРУ. Повторение приемов ловли и передачи мяча	Развивать ловкость, внимание, скорость	Спортивное оборудование

			двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Гонка мячей по кругу».	реакции.	
47.	15.03.24		ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Подвижная цель». Развитие координационных способностей.	Развивать координационные способности.	Спортивное оборудование
48.	18.03.24		ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте. Ведение мяча на месте с низким отскоком. Игра «Подвижная цель». Совершенствовать развитие координационных способностей.	Проводить эстафеты с мячами.	Спортивное оборудование
49.	22.03.24		Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте. Ведение мяча правой (левой) рукой на месте. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей.	Обогащать свой запас подвижных игр.	Спортивное оборудование
50.	25.03.24		ОРУ. Ловля и передача мяча в квадрате . Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Развитие координационных способностей.	Выполнять комплекс упражнений.	Спортивное оборудование
51.	29.03.24		ОРУ. Отработка приемов ловли и передачи мяча в квадрате . Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Попади в цель». Развитие координационных способностей.		Спортивное оборудование
Легкая атлетика (20 часов)					
52.	01.04.24		Равномерный бег (5 мин). Чередование бега и ходьбы (бег-80 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на развитие выносливости.	Бежать в равномерном темпе (до 10 мин).	Спортивное оборудование
53.	05.04.24		Равномерный бег (6 мин).		Спортивное

			Чередование бега и ходьбы (бег-80 м, ходьба – 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Комплексы упражнений на развитие выносливости.	Бег по слабо пересеченной местности (до 1 км).	оборудование
54.	15.04.24		Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег-80 м, ходьба – 100 м). Игра «Конники - спортсмены». Развитие выносливости.	Выполнять равномерный бег в чередовании с ходьбой.	Спортивное оборудование
55.	19.04.24		Равномерный бег (7 мин). Чередование бега и ходьбы (бег-80 м, ходьба – 100 м). Повторение игры «Конники - спортсмены». Развитие выносливости.	Выполнять комплекс упражнений.	Спортивное оборудование
56.	22.04.24		Равномерный бег (9 мин). Чередование бега и ходьбы (бег-90 м, ходьба – 90 м). Игра «День и ночь». Развитие выносливости.	Развивать скоростно-силовые качества, выносливость.	Спортивное оборудование
57.	26.04.24		Равномерный бег (10 мин). Чередование бега и ходьбы (бег-100 м, ходьба – 80 м). Игра «Через кочки и пенечки». Развитие выносливости.	Играть в подвижные и малоподвижные игры.	Спортивное оборудование
58.	29.04.24		Равномерный бег (10 мин). Чередование бега и ходьбы (бег-100 м, ходьба – 80 м). Игра «Через кочки и пенечки». Развитие выносливости.		Спортивное оборудование
59.	03.05.24		Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей.	Ориентироваться в понятиях: скорость бега, здоровье.	Спортивное оборудование
60.	06.05.24		Бег на скорость (30, 60 м). Встречная эстафета. Игра «Бездомный заяц». Развитие скоростных способностей.	Выполнять комплекс ОРУ.	Спортивное оборудование
61.	10.05.24		Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей.		Спортивное оборудование

				Применять считалки в играх при выборе водящего. Ориентироваться в понятиях: скорость бега, здоровье.	
62.	13.05.24		Бег на результат (30, 60 м). Круговая эстафета. Игра «Невод». Развитие скоростных способностей.	Ориентироваться в понятиях: скорость бега, здоровье.	
63.	17.05.24		Техника прыжка в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств.	Выполнять основные движения в прыжках. Выполнять прыжки в длину с места, в высоту с разбега.	Спортивное оборудование
64.	20.05.24		Повторение техники прыжка в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств.	Выполнять прыжки в длину с разбега, приземляться в прыжковую яму на обе ноги.	Спортивное оборудование
65.	24.05.24		Прыжок в длину способом «согнув ноги». Тройной прыжок с места. Игра «Вышибалы». Развитие скоростно-силовых способностей. Тестирование физических качеств.	Развивать скоростно-силовые качества. Играть в подвижные и малоподвижные игры.	Спортивное оборудование
66.	27.05.24		Техника прыжка в высоту с прямого разбега. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей.		Спортивное оборудование
67.	31.05.24		Повторение прыжка в высоту с прямого разбега. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых	Развивать скоростно-силовые качества.	Спортивное оборудование

			способностей.		
68.	31.05.24		Техника броска теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4-5 метров. Игра «Прыжок за прыжком». Развитие скоростно-силовых способностей.	Правильно выполнять основные движения в метании. Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений.	Спортивное оборудование
69.	03.06.2024		Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси – лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей.	Развивать скоростно-силовые качества. Выполнять комплекс ОРУ. Играть в подвижные и малоподвижные игры.	Спортивное оборудование
70.	03.06.2024		Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси – лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей	Развивать скоростно-силовые качества. Выполнять комплекс ОРУ.	
71.	07.06.2024		Бросок теннисного мяча на дальность, точность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча. Игра «Гуси – лебеди». Развитие скоростно-силовых способностей	Развивать скоростно-силовые качества. Выполнять комплекс ОРУ.	
72.	07.06.2024		Праздник подвижных игр.	Играть в подвижные и малоподвижные игры.	

Согласовано:

Протокол заседания ШМО №1

Учителей естественно-математического цикла

«28 августа 2023 г.

Проверено:

Заместитель директора по УВР

 - Зароченцева Е.Ю.

«28 августа 2023 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 24796901158842737022784036765956054387186855834

Владелец Никульцев Александр Борисович

Действителен с 11.05.2023 по 10.05.2024