

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Краснослободского муниципального района Республики Мордовия
«Сивинская основная общеобразовательная школа»

Рассмотрена и одобрена
на заседании МО учителей
предметников

Руководитель МО

_____ /Пильщикова Т.Г./

«31» августа 2022 г.

Утверждена директором
МБОУ Сивинская ООШ

_____ Е.Н. Пряхина

«31» августа 2022г.

**Рабочая учебная программа
по физической культуре для 4 класса**

**Составитель: Дерунова Елена Ивановна
учитель начальных классов**

Сивинь 2022 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 1-4 классов разработана на основе примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования и авторской программы «Физическая культура» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. М, «Просвещение», 2011 год.

На изучение предмета «Физическая культура» в 4 классе учебным планом отводится 2 часа в неделю (68 часов в год) в инвариантной части учебного плана

Цели и задачи изучения учебного предмета

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. С учётом этих особенностей **целью** программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- совершенствование жизненно важных навыков и умений в ходьбе, прыжках, сазаньи, метании;
- обучение физическим упражнениям из таких видов спорта, как гимнастика, легкая атлетика, а также подвижным играм и техническим действиям спортивных игр, входящих в школьную программу;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование общих представлений о физической культуре, ее значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, утренней гимнастикой, физминутками и подвижными играми;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельным показателям физического развития и физической подготовленности.

Планируемые результаты освоения курса

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, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности ;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности гостя;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Уровни двигательной подготовленности:

| Контрольные упражнения | Уровень | | | | | |
|------------------------|----------|---------|--------|---------|---------|--------|
| | высокий | средний | низкий | высокий | средний | низкий |
| | Мальчики | | | Девочки | | |
| Подтягивание в висе, | 6 | 4 | 3 | | | |

| | | | | | | |
|--|------|------|------|------|------|------|
| кол-во раз | | | | | | |
| 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 |
| Ходьба на лыжах 1 км, мин. с | 7.00 | 7.30 | 8.00 | 7.30 | 8.00 | 8.30 |

Содержание курса

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. 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.

Легкая атлетика

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание;

Броски: большого мяча (1кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Кроссовая подготовка

1. Бег по слабопересеченной местности до 1 км.
2. Равномерный медленный бег до 5 мин.
3. Кросс до 800 м. (мал.) до 500 м. (дев.)
4. Бег по пересеченной местности.
5. Равномерный бег до 6 мин.
6. Кросс до 2 км.
7. Бег с преодолением препятствий.

8. Бег 60 метров

Лыжная подготовка

Попеременно двухшажный ход с палками. Передвижение по лыжне без учета времени. Спуск со склона в средней стойке. Преодоление ворот при спуске

Поворот переступанием в движение. Подъем на склон елочкой. Торможение плугом

Медленное передвижение по лыжне до 2500 метров. Прохождение лыжной дистанции 1 км. Бег по лыжне на выносливость. Подъемы и спуски на склоне

Игры на лыжах. Лыжные эстафеты. Передвижение по лыжне на скорость

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:

Футбол 5 часов: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол 9 часов: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол 10 часов: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола, игра в «Пионербол».

Тематическое планирование

| № п\п | Наименование тем разделов | Максимальная нагрузка учащегося, часы | Из них | | | | |
|-------------|------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------|--|--------------------------|-----------------|------------------------------|
| | | | Теоретическое обучение, часы | Лабораторные и практические работы, часы | Контрольные работы, часы | Экскурсии, часы | Самостоятельная работа, часы |
| 1 | Знания о физической культуре | 2 | 2 | | | | |
| 2 | Способы физкультурной деятельности | 1 | 1 | | | | |
| 3 | Физическое совершенствование: | 65 | | | | | |
| | - легкая атлетика | 9 | | | | | 11 |
| | - гимнастика с основами акробатики | 11 | 2 | | | | 9 |
| | - лыжные гонки | 14 | 2 | | | | 12 |
| | -кроссовая подготовка | 12 | 1 | | | | 11 |
| | -подвижные игры | 5 | 1 | | | | 4 |
| | - спортивные игры | | | | | | |
| • Футбол | 3 | 1 | | | | 2 | |
| • Волейбол | 5 | 1 | | | | 4 | |
| • Баскетбол | 6 | 1 | | | | 5 | |
| | Итого | 68 | 12 | | | | 56 |

Календарно-тематическое планирование.

| № п/п | Наименование разделов и тем | Вид занятия | Количество часов | Виды самостоятельной работы | Дата проведения занятий | | Планируемые результаты |
|------------------------------|---|-------------|------------------|-----------------------------|-------------------------|------|---|
| | | | | | План | Факт | |
| 1 четверть (14 часов) | | | | | | | |
| 1 | Вводный урок. Техника безопасности. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. | КУ | 1 | | | | Руководствуются правилами профилактики травматизма. В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи. Дают оценку своим знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы с помощью тестового задания «Проверь себя». Подводят итоги игры на лучшее ведение здорового образа жизни |
| 2-3 | Прыжки в длину с разбега | КУ | 2 | Прыжки | | | <p>Описывать технику прыжковых упражнений</p> <p>Осваивать технику прыжковых упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Проявлять качества</p> |

| | | | | | | | |
|---|-----------------------------------|----|---|---------|--|--|--|
| | | | | | | | силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. |
| 4 | Метание малого мяча | КУ | 1 | Метание | | | Описывать технику бросков большого набивного мяча. Осваивать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча. |
| 5 | Бег 60 метров | КУ | 1 | Бег | | | Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при |
| 6 | Бег на выносливость | КУ | 1 | | | | |
| 7 | Бег 2000 метров без учета времени | КУ | 1 | | | | |
| 8 | Бег 30 метров | КУ | 1 | | | | |
| 9 | Челночный бег | КУ | 1 | | | | |

| | | | | | | | |
|------------------------------|---|----|---|-------------------------|--|--|--|
| | | | | | | | выполнении беговых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. |
| 10 | История развития физической культуры в России в XVII – XIX вв., ее роль и значение для подготовки солдат русской армии. Гимнастические упражнения с предметами | КУ | 1 | | | | Пересказывать тексты по истории физической культуры. Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека |
| 11 | Упражнения на гимнастических скамейках | КУ | 1 | | | | Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. |
| 12 | Гимнастическая полоса препятствий | КУ | 1 | | | | Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. |
| 13 | Упражнения в равновесии | КУ | 1 | Упражнения в равновесии | | | умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. |
| 14 | Подвижные игры | КУ | 1 | | | | Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. |
| 2 четверть (14 часов) | | | | | | | |
| 15 | Опорный прыжок через гимнастического козла | КУ | 2 | | | | Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. |
| 16 | | КУ | | | | | Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. |
| 17 | Кувырок вперед в группировке | КУ | 1 | Кувырки | | | Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. |
| 18 | Кувырок назад в группировке | КУ | 1 | | | | Проявлять качества силы, координации и выносливости |
| 19 | Акробатика. Кувырки. | КУ | 1 | | | | |
| 20 | Пережат. Стойка на лопатках. | КУ | 1 | Стойка на лопатках | | | |
| 21 | Мост с помощью | КУ | 2 | | | | |
| 22 | и самостоятельно | КУ | | | | | |

| | | | | | | | |
|-----------------------------|--|----|---|---|--|--|--|
| 23 | Висы и упоры | КУ | 1 | Висы | | | |
| 24 | Акробатические упражнения Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений | КУ | 1 | Составление акробатических и гимнастических комбинаций из разученных упражнений | | | |
| 25 | Подбрасывание мяча | КУ | 1 | Упражнения с мячом | | | <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> |
| 26 | Подача мяча | КУ | 1 | | | | |
| 27 | Приём и передача мяча | КУ | 1 | | | | |
| 28 | Подвижные игры на материале волейбола. | КУ | 1 | | | | |
| 3 четверть (22 часа) | | | | | | | |
| 29-30 | Ведение мяча | КУ | 2 | Упражнения с мячом | | | <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении</p> |
| 31 | Подвижные игры | КУ | 1 | | | | |
| 32-33 | Броски мяча в корзину | КУ | 2 | | | | |
| 34-35 | Передача мяча от груди на месте и после ведения шагом | КУ | 2 | | | | |

| | | | | | | | |
|-------|--|----|---|-----------------------|--|--|---|
| | | | | | | | <p>технических действий из спортивных игр.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> |
| 36 | Вводный урок по лыжной подготовке | КУ | 1 | | | | <p>Применять передвижение на лыжах для развития координационных способностей и выносливости, контролировать скорость бега на лыжах на частоте сердечных сокращений.</p> <p>Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах, соблюдать правила безопасности.</p> <p>Применять правила подбора одежды для занятий бегом на лыжах.</p> <p>Использовать бег на лыжах в организации активного отдыха</p> |
| 37-38 | Попеременно двухшажный ход с палками | КУ | 2 | Передвижение по лыжне | | | |
| 39 | Передвижение по лыжне без учета времени | КУ | 1 | | | | |
| 40 | Спуск со склона в средней стойке | КУ | 1 | | | | |
| 41 | Преодоление ворот при спуске | КУ | 1 | | | | |
| 42 | Поворот переступанием в движение. | КУ | 1 | | | | |
| 43 | Подъем на склон елочкой | КУ | 1 | | | | |
| 44 | Торможение плугом | КУ | 1 | | | | |
| 45 | Медленное передвижение по лыжне до 2500 метров | КУ | 1 | Передвижение по лыжне | | | |
| 46 | Прохождение лыжной дистанции 1 км | КУ | 1 | | | | |
| 47 | Бег по лыжне на выносливость | КУ | 1 | Бег по лыжне | | | |
| 48 | Подвижные игры | КУ | 1 | | | | |
| 49 | Подъемы и спуски на склоне | КУ | 1 | | | | |
| 50 | Передвижение по лыжне на скорость | КУ | 1 | Передвижение по лыжне | | | |

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|----|---|--------------------|--|--|---|
| | Игры и эстафеты на лыжах | | | | | | |
| 4 четверть (16 часов) | | | | | | | |
| 51 | Подбрасывание мяча | КУ | 1 | Упражнения с мячом | | | <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p> |
| 52-53 | Подача мяча | КУ | 2 | | | | |
| 54 | Приём и передача мяча | КУ | 1 | | | | |
| 55 | Подвижные игры на материале волейбола. | КУ | 1 | | | | |
| 56 | Удар по неподвижному и катящемуся мячу | КУ | 1 | Упражнения с мячом | | | <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p> |
| 57 | Остановка мяча | КУ | 1 | | | | |
| 58 | Ведение мяча Игра в мини-футбол | КУ | 1 | | | | |

| | | | | | | | |
|----|---|----|---|----------------------|--|--|--|
| | | | | | | | <p>деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности</p> |
| 59 | Прыжки через скакалку | КУ | 1 | Прыжковые упражнения | | | <p>Осваивать технику прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p> |
| 60 | Прыжки в высоту | КУ | 1 | | | | |
| 61 | Прыжки в длину с места | КУ | 1 | | | | |
| 62 | Прыжки в длину с разбега | КУ | 1 | | | | |
| 63 | Оказание доврачебной помощи при легких ушибах, царапинах и ссадинах, потертостях. Бег на короткие | КУ | 1 | | | | <p>Руководствуются правилами профилактики травматизма. В паре со сверстниками моделируют случаи травматизма и оказания первой помощи. Дают оценку своим</p> |

| | | | | | | | |
|-------|--|----|---|-----|--|--|--|
| | дистанции | | | | | | знаниям о самопомощи и первой помощи при получении травмы с помощью тестового задания «Проверь себя». Подводят итоги игры на лучшее ведение здорового образа жизни |
| | | | | Бег | | | <p>Описывать технику беговых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.</p> <p>Осваивать технику бега различными способами.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.</p> <p>Описывать технику прыжковых упражнений</p> |
| 64 | Бег на скорость | КУ | 1 | | | | |
| 65 | Бег на выносливость по пересеченной местности. | КУ | 1 | | | | |
| 66-67 | Челночный бег | КУ | 2 | | | | |
| | | КУ | | | | | |
| 68 | Эстафета по бегу | КУ | 1 | | | | |

КУ – комбинированный урок

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

| Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Примечания |
|---|---|
| Книгопечатная продукция | |
| <p>Программа В.И. Ляха «Физическая культура. 1-4 классы»</p> <p>Учебники</p> <p>В.И.Лях Физическая культура 1-4 класс</p> | <p>В программе определены цели начального обучения физической культуре рассмотрены подходы к структурированию учебного материала и к организации деятельности учащихся; представлены результаты изучения предмета, основное содержание курса, тематическое планирование с характеристикой основных видов деятельности учащихся; описано материально-техническое обеспечение.</p> <p>Учебник на основе многочисленных иллюстраций и доступного текста знакомит учащихся начальной школы с азами физической культуры, здорового образа жизни, основными упражнениями, входящими в программу по физической культуре.</p> <p>В конце каждой темы предлагаются вопросы и задания для повторения и закрепления знаний и умений, а также игра «Проверь себя» для самооценки.</p> |
| Технические средства обучения | |
| <p>Классная доска, телевизор, видеоплейер, аудиоцентр, мультимедийный проектор, экспозиционный экран, компьютер, сканер,</p> | |
| Спортивное оборудование, инвентарь | |
| <p>Мячи (большой, малый, футбольный, баскетбольный) Скакалки Гимнастическая стенка, гимнастическая скамейка Гимнастические маты Обручи Лыжи</p> | |
| Оборудование класса | |
| <p>Ученические столы двухместные. Стол учительский Шкафы для хранения учебников, дидактических материалов, пособий и пр.</p> | |

Учебно-методическое обеспечение предмета

Методическая литература

- В.И.Лях **Физическая культура 1-4 класс** Москва, Просвещение 2011

- Журнал «Начальная школа»

-В.И. Ковалько Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс Москва, ВАКО 2003 г

Интернет-сайты

<http://1september.ru> Сайт для учителя «Я иду на урок»

<http://school-collection.edu.ru/> - единая коллекция цифровых образовательных ресурсов

<http://www.kinder.ru> « Интернет для детей. Каталог детских ресурсов»:

Программа В.И. Ляха «Физическая культура. 1-4 классы» Москва, Просвещение 2011