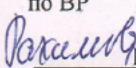


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Республики Башкортостан

Администрация муниципального района Мечетлинский район РБ

ФМОБУ лицей № 1 с. Большеустьикинское СОШ с.Большая Ока

РАССМОТРЕНО Заместитель руководителя по ВР  Рахимова И.Р. Протокол №1 от "22" августа 2023 г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель руководителя по УВР  Гибадуллина Л.Р. Протокол №1 от "22" августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Зав. филиалом  Ахметханов Р.Р. Приказ № 92 с. БОЛЬШЕУСТЬИКИНСКОЕ СОШ с. БОЛЬШАЯ ОКА от "22" августа 2023 г. 
--	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Уровень образования __ноо

Курса внеурочной деятельности Лаборатория здоровья «Движение есть жизнь»

для обучающихся 4 класса

на 2023-2024 учебный год

Руководитель курса : СаетоваС.Р

с. Большая Ока- 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура».

Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё

отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета. В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно -ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе:

- «Знания о физической культуре».
- «Способы самостоятельной деятельности».
- «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта. В 4 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа (1.5 ч в неделю): 51 часов в урочной деятельности, 51 часов во внеурочной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

4 КЛАСС

Знания о физической культуре. Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности. Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей

физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах; солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Упражнения в танце.

Лёгкая атлетика. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в длину с толчком двух ног. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди; ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

Подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача;

приём и передача мяча сверху; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

коммуникативные УУД:

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

регулятивные УУД:

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

По окончании второго года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
- понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;

- выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;

коммуникативные УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (в пределах изученного);
- исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
- делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического
- развития и физической подготовленности;

регулятивные УУД:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
- выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

По окончании третьего года обучения, учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным триместрам;

коммуникативные УУД:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;

- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

По окончании четвёртого года обучения, учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

- взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов;
- оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
 - осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
 - приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
 - приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
 - характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
 - проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
 - демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
 - демонстрировать движение в танце в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
 - выполнять прыжок в длину;
 - выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
 - демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору учащегося);
 - выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
 - выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.
-

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
Итого по разделу		2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	0,5			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
1.2	Закаливание организма	0,5			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
Итого по разделу		1			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	5			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
2.2	Легкая атлетика	6			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
2.3	Лыжная подготовка	12			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
2.4	Плавательная подготовка	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /

2.5	Подвижные и спортивные игры	10			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
Итого по разделу		41			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10			https://resh.edu.ru/subject/lesson/ https://yandex.ru/video/preview /
Итого по разделу		51			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			0	0	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1			01.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			04.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			07.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			11.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6186
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			14.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6185
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			18.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			21.09.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/qc-zNwIAAAA.mp4
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			25.09.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/9pHzBgEAAAAA.mp4
9	Закаливание организма	1			28.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			02.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/RGmEPAIAAAA.mp4
11	Акробатическая комбинация	1			05.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/RGmEPAIAAAA.mp4

12	Акробатическая комбинация	1			09.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/aCC8RgEAAAAA.mp4
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			12.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/DDBMPAIAAAAA.mp4
14	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			16.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/DDBMPAIAAAAA.mp4
15	Обучение опорному прыжку	1			19.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/in3ISQEAAAAA.mp4
16	Обучение опорному прыжку	1			24.10.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4627/
17	Упражнения на гимнастической перекладине	1			26.10.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/qml6pAAAAAA.mp4
18	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			09.11.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/vU-pNQIAAAAAA.mp4
19	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			13.11.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/8ieljAAAAAA.mp4
20	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			16.11.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/
21	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			20.11.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/
22	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			23.11.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/
23	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			27.11.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/
24	Беговые упражнения	1			30.11.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/3Q3SNAIAAAAA.mp4
25	Беговые упражнения	1			04.12.2023	https://video-preview.s3.yandex.net/3Q3SNAIAAAAA.mp4
26	Метание малого мяча на дальность	1			07.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/

27	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1			11.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168
28	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			14.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221
29	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			18.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/
30	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			21.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287
31	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			25.12.2023	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287
32	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1			28.12.2023	https://yandex.ru/video/preview/9621558520497252369
33	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1			11.01.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6221
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			18.01.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			25.01.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319
36	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			01.02.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488
37	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной	1			08.02.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3488

	координации					
38	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1			15.02.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4319
39	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1			22.02.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/4T8PGQAAAAA.mp4
40	Подводящие упражнения	1			29.02.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/ugc/5961314abec59e989b
41	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			07.03.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/DCIzNQIAAAA.mp4
42	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			14.03.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3656/
43	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			21.03.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3656/
44	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			04.04.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/uLDINwIAAAA.mp4
45	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			11.04.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/uLDINwIAAAA.mp4
46	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			18.04.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/YLDQOQIAAAA.mp4
47	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			25.04.2024	https://video-preview.s3.yandex.net/hi28NAIAAAA.mp4
48	Упражнения из игры волейбол	1			02.05.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4632/
49	Упражнения из игры баскетбол	1			08.05.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170
50	Упражнения из игры футбол	1			16.05.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4633/
51	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время Освоение	1			23.05.2024	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/s tart/263016/ https://yandex.ru/video/preview

	правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.					/10528337480800785167
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		51	0			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, учебник, 1 класс/ Матвеев А.П. /Москва: Просвещение, 2023

Физическая культура, учебник, 2 класс/ Матвеев А.П. /Москва: Просвещение, 2023

Физическая культура, учебник, 3 класс/ Матвеев А.П. /Москва: Просвещение, 2023

Физическая культура, учебник, 4 класс/ Матвеев А.П. /Москва: Просвещение, 2023

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура. 1-4 классы: рабочая программа по учебнику В.И.Ляха/авт.-сост. Р.Р. Хайрутдинов. -Волгоград : Учитель, 2021

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://school-collection.edu.ru/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/>

<https://yandex.ru/video/preview/>

<https://infourok.ru/prezentaciya>