

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МОУ «Изобильненская школа им. Э.У. Чалбаша» города Алушты

РАССМОТРЕНО

на заседании МО
учителей начальных
классов.

Руководитель МО

_____ / Кочубей Г.Н.

Приказ от 30.08.2023 г.
№65\1

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

_____ / Липкан Т.Н

Приказ от 31.08.2023 г.
№65\1

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ
«Изобильненская
школа им. Э.У.
Чалбаша»

_____ / Савельева Е.П.

Приказ от 31.08.2023 г.
№65\1

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 4 класса

Составила:

Муртазина Н.М.

Учитель начальных классов

Алушта, 2023 г.

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			05.09.2023	Поле для свободного ввода1
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			07.09.2023	Поле для свободного ввода1
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			12.09.2023	Поле для свободного ввода1
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			14.09.2023	Поле для свободного ввода1
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			19.09.2023	Поле для свободного ввода1
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			21.09.2023	Поле для свободного ввода1
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			26.09.2023	Поле для свободного ввода1
8	Упражнения для профилактики	1			28.09.2023	Поле для

	нарушения осанки и снижения массы тела					свободного ввода1
9	Закаливание организма	1			03.10.2023	Поле для свободного ввода1
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			05.10.2023	Поле для свободного ввода1
11	Акробатическая комбинация	1			10.10.2023	Поле для свободного ввода1
12	Акробатическая комбинация	1			12.10.2023	Поле для свободного ввода1
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			17.10.2023	Поле для свободного ввода1
14	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			19.10.2023	Поле для свободного ввода1
15	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			24.10.2023	Поле для свободного ввода1
16	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			26.10.2023	Поле для свободного ввода1
17	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			07.11.2023	Поле для свободного

						ввода1
18	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			09.11.2023	Поле для свободного ввода1
19	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			14.11.2023	Поле для свободного ввода1
20	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			16.11.2023	Поле для свободного ввода1
21	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			21.11.2023	Поле для свободного ввода1
22	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			23.11.2023	Поле для свободного ввода1
23	Беговые упражнения	1			28.11.2023	Поле для свободного ввода1
24	Беговые упражнения	1			30.11.2023	Поле для свободного ввода1
25	Метание малого мяча на дальность	1			05.12.2023	Поле для свободного ввода1
26	Метание малого мяча на дальность	1			07.12.2023	Поле для свободного ввода1

27	Подводящие упражнения	1			12.12.2023	Поле для свободного ввода1
28	Подводящие упражнения	1			14.12.2023	Поле для свободного ввода1
29	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			19.12.2023	Поле для свободного ввода1
30	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			21.12.2023	Поле для свободного ввода1
31	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			26.12.2023	Поле для свободного ввода1
32	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			28.12.2023	Поле для свободного ввода1
33	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			09.01.2024	Поле для свободного ввода1
34	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			11.01.2024	Поле для свободного ввода1
35	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			16.01.2024	Поле для свободного ввода1
36	Разучивание подвижной игры	1			18.01.2024	Поле для

	«Паровая машина»					свободного ввода1
37	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			23.01.2024	Поле для свободного ввода1
38	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			25.01.2024	Поле для свободного ввода1
39	Упражнения из игры волейбол	1			30.01.2024	Поле для свободного ввода1
40	Упражнения из игры волейбол	1			01.02.2024	Поле для свободного ввода1
41	Упражнения из игры баскетбол	1			06.02.2024	Поле для свободного ввода1
42	Упражнения из игры баскетбол	1			08.02.2024	Поле для свободного ввода1
43	Упражнения из игры футбол	1			13.02.2024	Поле для свободного ввода1
44	Упражнения из игры футбол	1			15.02.2024	Поле для свободного ввода1
45	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1			20.02.2024	Поле для свободного

						ввода1
46	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			22.02.2024	Поле для свободного ввода1
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			27.02.2024	Поле для свободного ввода1
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			29.02.2024	Поле для свободного ввода1
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			05.03.2024	Поле для свободного ввода1
50	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			07.03.2024	Поле для свободного ввода1
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			12.03.2024	Поле для свободного ввода1
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			14.03.2024	Поле для свободного ввода1
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			26.03.2024	Поле для свободного ввода1
54	Освоение правил и техники	1			28.03.2024	Поле для

	выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты					свободного ввода1
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			02.04.2024	Поле для свободного ввода1
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			04.04.2024	Поле для свободного ввода1
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			09.04.2024	Поле для свободного ввода1
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			11.04.2024	Поле для свободного ввода1
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			16.04.2024	Поле для свободного ввода1
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1			18.04.2024	Поле для свободного

	ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры					ввода1
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			23.04.2024	Поле для свободного ввода1
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			25.04.2024	Поле для свободного ввода1
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			30.04.2024	Поле для свободного ввода1
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			07.05.2024	Поле для свободного ввода1
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			14.05.2024	Поле для свободного ввода1
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			16.05.2024	Поле для свободного ввода1

67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				Поле для свободного ввода1
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1				Поле для свободного ввода1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

