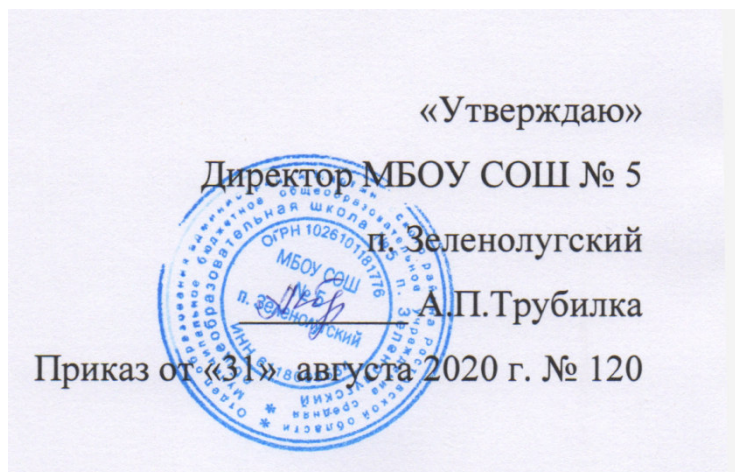


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №5 п. Зеленолугский  
Мартыновского района Ростовской области.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебный предмет	физическая культура
Образовательная область	физическая культура
Уровень общего образования	начальное
Класс	4
Количество часов	65
Учитель	Клочко Михаил Георгиевич

2020-2021 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа по физической культуре для 4 класса составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования по физической культуре, программой «Физическая культура 1-4 класс» под редакцией Лях В.И. М. «Просвещение», с требованиями основной образовательной программы начального общего образования. Предмет входит в образовательную область «Физическая культура».

В соответствии с годовым календарным учебным графиком и учебным планом МБОУ СОШ №5 п. Зеленолугский рабочая программа составлена на 65 часов, т.е. два часа в неделю. Данная рабочая программа разработана на основе программы по физической культуре для 1 - 4 классов, автор - доктор педагогических наук Лях В.И. и ориентирована на использование учебника «Физическая культура 1-4 классы ФГОС». В.И. Лях. М. «Просвещение» 2018г. который включен в федеральный перечень рекомендуемых учебников (приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 N 345):

### I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ.

#### ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ КУРСА.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального образовательного стандарта данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

#### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .

- формирование чувства гордости за свою Родину, народ, историю России осознание своей этнической 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 сопереживание чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, 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 этических ценностей, потребностей, чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

- овладение способностью принимать 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;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интереса 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 между отношениями, объектами и процесса

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье, как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровую берегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием и величиной физических нагрузок данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Основой для разработки данной программы явились планируемые результаты освоения ООП НОО.

В результате обучения, обучающиеся на ступени начального общего образования:

- \*начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
  - \*начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
  - \*узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур;
  - \*освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
  - \*научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;
  - \*освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
  - \*научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; измерять величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
  - \*научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
  - \*приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами;
  - \* метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия;
  - \*выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; передвигаться на лыжах и плавать простейшими способами;
  - \*будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
  - \*освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол;
  - \*в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия
- Знания о физической культуре. Выпускник научится:
- \*ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;

\*раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;

\*ориентироваться в понятии «физическая подготовка». Характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;

\*организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

\*выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

\*отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;

\*организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

\*измерять показатели физического развития, физической подготовленности (Рост, масса тела, сила, быстрота, выносливость, гибкость). Вести систематические наблюдения за их динамикой.

Выпускник получит возможность научиться:

вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности; выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование :

Выпускник научится:

\*выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объема);

\*выполнять гимнастические и акробатические упражнения, строевые приемы. (кувырки, стойки, подтягивания, отжимания).

\*выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

\*сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;

\*выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;

\*играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;

\*выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;

## II СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 4 КЛАСС.

### **Знания о физической культуре**

**Физическая культура** как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью, с традициями и обычаями народа.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, выносливости,

гибкости, координации. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

## **Способы физкультурной деятельности**

**Самостоятельные занятия.** Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

**Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.** Измерение длины и массы тела, показателей осанки и развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и спортивных залах).

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

## **Физическое совершенствование**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

## **Спортивно-оздоровительная деятельность.**

### **Гимнастика с основами акробатики.**

Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Организуемые команды и приёмы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте», «стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте по командам «Налево!» и «Направо!»; «Кругом» размыкание и смыкание в шеренге, колонне. Передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом по «диагонали», «противоходом».

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырок вперёд в группировке; гимнастический мост из положения лёжа. Из стойки на лопатках полупереворот назад в стойку на коленях.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на живот, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжок переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, махи. Подтягивание из вися лёжа.

Гимнастические комбинации. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок:наскок на колени,соскок с приземлением.

Физические упражнения силового характера и общеразвивающие с предметами(скакалка,палка,обруч,кегли,мешочки)сгибание и разгибание рук в упоре лёжа, ходьба на руках с помощью партнёра, ходьба «тараканчиком» вперёд и назад, жим сзади от скамейки, разновидности прыжков и многоскоков в длину и в высоту, поднимание туловища из положения лёжа руки за голову в замок, упражнения на мышцы спины «лодочка», упражнения с набивными мячами сидя и стоя, в паре, упражнения с малыми гантелями (0,5-1кг) в положение сидя и лёжа, упражнения с амортизаторами.

Гимнастические упражнения прикладного характера:передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелазания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; (стилизованная ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью). Прыжки со скакалкой.

### **Легкая атлетика**

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук, челночный бег (3x10м); высокий старт с последующим ускорением, бег на скорость (30м).Кроссовый бег с ходьбой,преодолением препятствий.

Прыжковые упражнения: на месте (на одной ноге и двух ногах, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места и небольшого разбега; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

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

Метание: малого мяча из-за головы, стоя на месте, в вертикальную и горизонтальную цель, на дальность.

### **Подвижные игры**

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию движений.

Различные варианты полосы препятствий, игры «Что изменилось», «Водяной», «Эстафеты с предметами», «Перетягивание каната».

На материале раздела «Легкая атлетика»: игры включающие прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию движений, выносливость и быстроту. «Вызов номеров», «Невод», «День, ночь» «Космонавты», разные варианты игры в салки.

На материале раздела «Спортивные игры»: «Гонка мячей», «Мяч капитану»«Перестрелка», «Знамя». «Охотники и утки», «Вышибала», Пионербол». Футбол: специальные передвижения без мяча и с мячом (перемещения), удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; удары, двухсторонняя игра; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча и с мячом (стойки, перемещения, остановки и повороты); ведение мяча; броски мяча в корзину; двухсторонняя игра; подвижные игры на материале баскетбола.

Пионербол и волейбол: специальные передвижения без мяча и с мячом (стойки, перемещения), ловить и передавать, делать броски через сетку, подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; двухсторонняя игра; подвижные игры на материале пионербола и волейбола.

Подвижные игры разных народов.

## Требования к качеству освоения программного материала

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 4 класса должны:

### Знать и иметь представление:

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья
- и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

### Уметь:

- выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование
- правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и
- физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами
- выполнять строевые упражнения;
- **демонстрировать** уровень физической подготовленности для учащихся 4 класса.

## III ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

Запланировано 65 часов (2 часа в неделю).

№п\п	Раздел.	Кол-во часов.	Виды деятельности.
1	Знания о физической культуре.	5	Изучить правила безопасности на уроках физкультуры. Значение утренней гимнастики в жизни человека. Составлять комплекс разминочных упражнений. Проводить разминку
2	Гимнастика с элементами акробатики.	20	Выполнять строевые упражнения. Выполнять кувырок вперед, кувырок назад, стойку на лопатках, стойку на голове и руках, мост, лазание по канату, подтягивание на низкой и высокой перекладинах, сгибание рук в упоре лежа, прыжки на скакалке.
3	Легкая атлетика.	20	Пробегать 30 и 60 м. на время, метать мячи в цель и на дальность, прыгать в длину с места и разбега, прыгать в высоту, бросать наивные мячи различными способами. Пробегать 1000 метров, передавать эстафету.
4	Подвижные и спортивные игры.	20	Выполнять ведения, ловлю и передачи баскетбольного мяча, остановку 2 шагами, бросок в корзину двумя руками. Ведение, остановки и передачи футбольного мяча, удары по мячу. Подбрасывание и передачи волейбольного мяча. Играть в игры «Знамя», «Перестрелка», «Охотники и утки», «Пионербол», «Салки», «Вызов номеров».
5	Всего.	65	

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема урока.	Час	Сроки.		Домашнее задание.
			План.	Факт.	
1 четверть					
1	Правила техники безопасности на уроке физкультуры.	1	02.09		Правила техники безопасности на уроке физкультуры.
2	Знания о физической культуре. Высокий старт.	1	07.09		Знания о физической культуре.
3	Знания о физической культуре. Бег 30 метров.	1	09.09		Знания о физической культуре.
4	Знания о физической культуре. Бег 60 метров.	1	14.09		Знания о физической культуре.
5	История физической культуры. Техника челночного бега.	1	16.09		История физической культуры.
6	История физической культуры. Челночный бег 3x10 метров.	1	21.09		История физической культуры.
7	Физические упражнения. Разбег и отталкивание в прыжках в длину.	1	23.09		История физической культуры.
8	Физические упражнения. Прыжок в длину с разбега.	1	28.09		Физические упражнения.
9	Физические упражнения. Прыжок в длину с места.	1	30.09		Физические упражнения.
10	Физические упражнения. Техника метания мяча.	1	05.10		Физические упражнения.
11	Способы физкультурной деятельности. Метание мяча на дальность.	1	07.10		Способы физкультурной деятельности.
12	Способы физкультурной деятельности. Метание мяча на точность.	1	12.10		Способы физкультурной деятельности.
13	Способы физкультурной деятельности. Техника длительного бега.	1	14.10		Способы физкультурной деятельности.
14	Способы физкультурной деятельности. Длительный бег в чередовании с ходьбой.	1	19.10		Способы физкультурной деятельности.
15	Способы физкультурной деятельности. Равномерный бег.	1	21.10		Способы физкультурной деятельности.
16	Способы физкультурной деятельности. Бег 1000 метров.	1	26.10		Способы физкультурной деятельности.
17	Способы физкультурной деятельности. Бег 1000 метров.	1	28.10		Способы физкультурной деятельности.
2 четверть					
18	Правила безопасности на уроке гимнастики.	1	09.11	11.11	Упражнения общеразвивающей направленности
19	Кувырок вперед из и.п. упор присев.	1	11.11		Упражнения общеразвивающей направленности
20	Кувырок назад.	1	16.11		Упражнения общеразвивающей направленности
21	Кувырки совершенствование.	1	18.11		Упражнения общеразвивающей направленности
22	Стойка на лопатках.	1	23.11		Упражнения общеразвивающей направленности
23	Стойка на голове и руках.	1	25.11		Упражнения общеразвивающей направленности
24	Мост с помощью из и.п. стоя.	1	30.11		Упражнения общеразвивающей



					направленности
25	Упражнения в равновесии.	1	02.12		Упражнения общеразвивающей направленности
26	Висы на перекладине.	1	07.12		Упражнения общеразвивающей направленности
27	Лазание по горизонтальной и наклонной скамейке.	1	09.12		Упражнения общеразвивающей направленности
28	Техника лазанья по канату	1	14.12		Упражнения общеразвивающей направленности
29	Лазанье по канату в три приема.	1	16.12		Упражнения общеразвивающей направленности
30	Прыжки через скакалку.	1	21.12		Упражнения общеразвивающей направленности
31	Опорный прыжок.	1	23.12		Упражнения общеразвивающей направленности
32	Опорный прыжок.	1	28.12		Упражнения общеразвивающей направленности
3 четверть					
33	Баскетбол как вид спорта.	1	11.01		Упражнения общеразвивающей направленности
34	Стойки и перемещения в спортивных играх.	1	13.01		Упражнения общеразвивающей направленности
35	Ловля и передача мяча от груди 2 руками на месте.	1	18.01		Упражнения общеразвивающей направленности
36	Ловля и передача мяча от груди 2 руками в движении.	1	20.01		Упражнения общеразвивающей направленности
37	Ведение мяча.	1	25.01		Упражнения общеразвивающей направленности
38	Остановка двумя шагами. Повороты.	1	27.01		Упражнения общеразвивающей направленности
39	Бросок мяча в кольцо от груди 2 руками с места.	1	01.02		Упражнения общеразвивающей направленности
40	Эстафеты с элементами игры в баскетбол.	1	03.02		Упражнения общеразвивающей направленности
41	Эстафеты с элементами игры в баскетбол.	1	08.02		Упражнения общеразвивающей направленности
42	Волейбол как вид спорта.	1	10.02		Упражнения общеразвивающей направленности
43	Подбрасывание мяча. Верхняя передача.	1	15.02		Упражнения общеразвивающей направленности
44	Подбивание мяча. Нижняя передача мяча	1	17.02		Упражнения общеразвивающей направленности
45	Передача мяча в парах.	1	22.02	20.02	Упражнения общеразвивающей направленности
46	Передача мяча в парах.	1	24.02		Упражнения общеразвивающей направленности
47	Техника прямой нижней подачи мяча.	1	01.03		Упражнения общеразвивающей направленности
48	Техника прямой верхней подачи мяча.	1	03.03		Упражнения общеразвивающей направленности
49	Правила игры в «Пионербол».	1	10.03		Упражнения общеразвивающей направленности
50	Игра в «Пионербол» с элементами волейбола.	1	15.03		Упражнения общеразвивающей направленности
51	Игра в «Пионербол» с элементами	1	17.03		Упражнения общеразвивающей

	волейбола.				направленности
4 четверть					
52	Правила техники безопасности на уроке физкультуры.	1	29.03		Упражнения общеразвивающей направленности
53	Высокий старт.	1	31.03		Упражнения общеразвивающей направленности
54	Бег 30 метров.	1	05.04		Упражнения общеразвивающей направленности
55	Бег 60 метров.	1	07.04		Упражнения общеразвивающей направленности
56	Техника челночного бега.	1	12.04		Упражнения общеразвивающей направленности
57	Челночный бег 3x10 метров.	1	14.04		Упражнения общеразвивающей направленности
58	Разбег и отталкивание в прыжках в длину.	1	19.04		Упражнения общеразвивающей направленности
59	Прыжок в длину с разбега.	1	21.04		Упражнения общеразвивающей направленности
60	Прыжок в длину с места.	1	26.04		Упражнения общеразвивающей направленности
61	Техника метания мяча.	1	28.04		Упражнения общеразвивающей направленности
62	Метание мяча на дальность.	1	05.05	12.05	Упражнения общеразвивающей направленности
63	Метание мяча на точность.	1	12.05		Упражнения общеразвивающей направленности
64	Техника длительного бега. Бег 1000 метров.	1	17.05		Упражнения общеразвивающей направленности
65	Бег 1000 метров.	1	19.05		Упражнения общеразвивающей направленности

#### 4 КЛАСС тестирование (оценки).

Бег 30 метров.				
		Мальчики.		Девочки.
Уровень.	Оценка.			Оценка.
Высокий	5	5,6		5 6,0
Средний	4	5,6-6,0		4 6,1-6,3
Низкий	3	6,1-6,3		3 6,4-6,6

Метание мяча на дальность.(125 г.)				
		Мальчики.		Девочки.
Уровень.	Оценка.			Оценка.
Высокий	5	27		5 17
Средний	4	22		4 15
Низкий	3	18		3 12

Подтягивание. Отжимание.						
		Мальчики.		Девочки.		
Уровень.	Оценка.	подтягивание	отжимание	Оценка.	подтягивание	отжимание
Высокий	5	4	30	5	18	25
Средний	4	2-3	29-20	4	8-14	20-15
Низкий	3	1	19-10	3	13-6	14-9

Прыжок в длину с места.				
		Мальчики.		Девочки.
Уровень.	Оценка.			Оценка.
Высокий	5	160		5 152
Средний	4	143-159		4 151-137
Низкий	3	140-120		3 136-115

Бег 1000м.				
		Мальчики.		Девочки.
Уровень.	Оценка.			Оценка.
Высокий	5	5.00 мин.		5 5,30 мин.
Средний	4	5,01-5,30		4 5,31-6,00
Низкий	3	5,31-6,00		3 6,01-6,30

Подъем туловища за 30 секунд.				
		Мальчики.		Девочки.
Уровень.	Оценка.			Оценка.
Высокий	5	21		5 21
Средний	4	16-20		4 16-20
Низкий	3	15-9		3 15-9

Челночный бег 3x10м..				
		Мальчики.	Девочки.	
Уровень.	Оценка.		Оценка.	
Высокий	5	9 сек.	5	9,4
Средний	4	9,1-9,4	4	9,5-9,6
Низкий	3	9,5-9,8	3	10,0-10,3

Вис на время.				
		Мальчики.	Девочки.	
Уровень.	Оценка.		Оценка.	
Высокий	5	71 сек.	5	71 сек.
Средний	4	70-60	4	70-60
Низкий	3	59-20	3	59-20

Бег 60 метров.				
		Мальчики.	Девочки.	
Уровень.	Оценка.		Оценка.	
Высокий	5	10,3	5	10,6
Средний	4	10,4-10,8	4	10,7-11,1
Низкий	3	10,9-11,3	3	11,2-11,6

Лист корректировки рабочей программы

(календарно-тематического планирования (КТП) рабочей программы)

по учебному предмету физическая культура

в 4 классе за 2 четверть 2020-2021 учебного года

Учитель Ключко Михаил Георгиевич

№ урока (ов) по осн. КТП	Дата(ы) по осн. КТП	Дата(ы) фактического проведения	Тема(ы)	Количество часов на данную тему		Причина корректировки	Способ корректировки
18	09.11	11.11	Правила безопасности на уроке гимнастики.	2	1	Дополнительные каникулы	Объединение темы
19	11.11		Кувырок вперед из и.п. упор присев.				

Лист корректировки рабочей программы

(календарно-тематического планирования (КТП) рабочей программы)

по учебному предмету физическая культура

в 4 классе за 4 четверть 2020-2021 учебного года

Учитель Клочко Михаил Георгиевич

№ урока (ов) по осн. КТП	Дата(ы) по осн. КТП	Дата(ы) фактического проведения	Тема(ы)	Количество часов на данную тему		Причина корректировки	Способ корректировки
62	05.05	12.05	Длительный бег в чередовании с ходьбой.	1	1	Нерабочие дни с 04.05 по 07.05.21г.	Объединение темы
63	12.05	12.05	Бег 1000 метров.	1			