Приложение к ООП НОО

РАССМОТРЕНО:
на методическом объединении учителей
Протокол №1 от 27.08.2020

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ «Ягуновская СОШ»

МБОУ Ягуновская СОШ

Подписано цифровой подписью: МБОУ Ягуновская СОШ
Дата: 2021.05.27 09:28:52 +07'00'

Приказ № 108-2 от 28.08.2020

ПРИНЯТО:
на заседании педагогического совета
Протокол №1 от 28.08.2020

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1-4 КЛАСС

Составитель программы:

Акимов Д.А.

2020 год

Содержание

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета
2. Содержание учебного предмета
3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

1) формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

2) освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;

3) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

4) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

5) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
6) использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
7) активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
8) использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
9) овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
10) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
11) готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
12) определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
13) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
14) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
15) овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;

16) умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; формирование начального уровня культуры пользования словарями в системе универсальных учебных действий.

Предметные результаты:

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), 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 физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей 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).

2. Содержание учебного предмета

1 класс

Знания о физической культуре:

Знакомство с предметом «Физическая культура». Значимость физической культуры в жизни человека. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Первая доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом. Организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры:

История появления физических упражнений. История развития физической культуры и первых соревнований. Важность физической культуры в развитии человечества. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

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, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. 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 (утренней зарядки, физкультминуток).

Самостоятельные игры и развлечения:

Организация и проведение подвижных игр, спортивных праздников (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование:

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток

Гимнастика с основами акробатики:

Организующие команды и приёмы. Построение в колонну по одному. Построение в круг. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Висы и упоры, седы, упражнения в группировке, перекаты, стойка на лопатках, кувырки вперед и назад. Акробатические комбинации. Упражнения на низкой гимнастической перекладине. Гимнастическая комбинация. Перелезание через коня. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке. Названия основных гимнастических снарядов. Подвижные игры. Развитие координационных способностей.

Лёгкая атлетика:

Сочетание различных видов ходьбы. 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. Бег 30 м, 60 м. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой. Прыжок в длину с места, с разбега. Метание малого мяча в вертикальную цель и на дальность, набивного мяча.

Эстафеты. Подвижные игры. Развитие скоростных и скоростно-силовых способностей. Подготовка к ГТО.

Лыжные гонки:

Передвижение на лыжах разными способами. Повороты, спуски, подъёмы, торможения. Эстафеты. Подвижные игры. Соревнования. Развитие выносливости и координационных способностей.

Подвижные и спортивные игры:

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с

использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола;

баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; ловля и передача мяча, подвижные игры на материале баскетбола;

волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Праздники и соревнования:

«Первые старты», «Юный гимнаст», Юный лыжник»

2 класс

Знания о физической культуре:

Физическая культура как система укрепления здоровья человека. Жизненно важные способы передвижения человека (ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах). Правила поведения на уроке физической культуры. Подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры:

Важность развития основных физических качеств в истории развития человечества. Первая доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом. Травматизм

Физические упражнения:

Физические упражнения, их влияние на развитие физических качеств. Основные физические качества: быстрота, ловкость, гибкость, равновесие, сила и выносливость.

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 (утренней зарядки, физкультминуток, подвижных перемен).

Самостоятельные игры и развлечения: Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил в игре.

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 с основами акробатики:

Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне. Выполнение строевых команд. Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Выполнение команды «На два (четыре) шага разойдись!».

Кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги,

из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперёд в упор присев,

кувырок в сторону. Висы стоя и лёжа, упоры. В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног. Вис на согнутых руках.

Общие развивающие упражнения. Развитие координационных способностей. Подвижные игры и эстафеты на материале гимнастики с основами акробатики.

Общие развивающие упражнения без предметов и с предметами. Развитие силовых способностей.

Общие развивающие упражнения в движении. Лазанье по наклонной гимнастической скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лёжа на животе. Лазание по канату. Упражнения на гимнастическом бревне. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания,

Лёгкая атлетика:

Инструктаж по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики.

Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м, 60 м) Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей. Подвижные игры с элементами ходьбы и бега.

Прыжки с поворотом на 180 градусов. Прыжок с места. Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов. Прыжок с высоты (40 см). Прыжки со скакалкой. Многоскоки. Общие развивающие упражнения. Развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей. Подвижные игры с элементами прыжков. Эстафеты.

Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель (2 х 2 м) с расстояния 4–5 м. Метание набивного мяча. Общие развивающие упражнения и эстафеты. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Подвижные игры с элементами метания.

Лыжные гонки:

Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижение на лыжах разными способами. Повороты, спуски, подъёмы, торможения. Развитие координационных способностей и выносливости. Подвижные игры и эстафеты на лыжах.

Подвижные и спортивные игры:

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола;

баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; ловля и передача мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола;

волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Праздники и соревнования:

«Юный лыжник», «Юный гимнаст»

3 класс

Знания о физической культуре:

Самоконтроль во время занятий физической культурой. Туризм. Первая доврачебная помощь. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Организация мест занятий. Подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры:

История спорта и физической культуры через историю семьи.

Физические упражнения:

Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Основные физические качества: быстрота, ловкость, гибкость, сила, выносливость.

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 (утренней зарядки, физкультминуток, подвижных перемен).

Самостоятельные игры и развлечения:

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил в игре.

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 с основами акробатики:

Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики с основами акробатики.

Строевые упражнения. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне. Выполнение строевых команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый – второй рассчитайся!». Размыкание и смыкание приставными шагами. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Общие развивающие упражнения без предметов и с предметами. Развитие координационных способностей. Подвижные игры и эстафеты на материале гимнастики с основами акробатики. Развитие силовых способностей.

Акробатика:

Перекаты и группировка, кувырок вперед, стойка на лопатках согнув ноги;

кувырок в сторону, 2–3 кувырка вперёд; стойка на лопатках; мост из положения лёжа на спине.

Висы и упоры. Подтягивание в висе. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. Упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. Ходьба приставными шагами по бревну.

Лазанье по наклонной гимнастической скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Лазание по канату. Перелезание через гимнастического коня. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика:

Инструктаж по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики.

Разновидности ходьбы. Чередование ходьбы и бега. Ходьба с преодолением нескольких препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Бег на результат (30 м, 60 м). Челночный бег. Подготовка к ГТО.

Прыжки в длину с разбега. Прыжок с места. Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Прыжки со скакалкой. Многоскоки. Подвижные игры с элементами прыжков.

Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Метание малого мяча в цель. Общие развивающие упражнения и эстафеты. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Подвижные игры с элементами метания.

Лыжные гонки:

Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижение на лыжах разными способами. Повороты, спуски, подъёмы, торможения. Одновременный бесшажный и попеременный двухшажный ходы. Развитие координационных способностей и выносливости. Подвижные игры и эстафеты на лыжах.

Подвижные и спортивные игры:

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах разными способами, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

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

баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; ловля и передача мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола;

волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Праздники и соревнования:

«Первые старты», «Юный лыжник», «Юный акробат».

4 класс

Знания о физической культуре:

Физическая культура и спорт. Виды спорта. Спортивные игры. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями. Первая доврачебная помощь. Организация мест занятий. Подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории физической культуры:

История развития физической культуры и первых соревнований. Олимпийское движение. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения:

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений. Упражнение на расслабление.

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 (утренней зарядки, физкультминуток, подвижных перемен).

Самостоятельные игры и развлечения:

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил в игре.

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 с основами акробатики:

Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне. Выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Размыкание и смыкание приставными шагами.

Акробатика: Кувырок вперед, кувырок назад; кувырок назад и перекат, стойка на лопатках; мост (с помощью и самостоятельно).

Упражнения в равновесии: Ходьба по бревну на носках, большими шагами и выпадами, повороты прыжком на 90гр и 180гр. Упражнения на гимнастической скамейке. На гимнастической стенке вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги, вис прогнувшись, поднимание ног в висе, подтягивание в висе. Лазанье по канату. Перелезание через препятствие. Опорный прыжок на горку матов. Вскок в упор на коленях, соскок со взмахом рук.

Общие развивающие упражнения с предметами и без предметов. Развитие координационных способностей. Подвижные игры и эстафеты на материале гимнастики с основами акробатики. Развитие силовых качеств.

Лёгкая атлетика:

Инструктаж по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики. Разновидности бега и ходьбы. Ходьба с преодолением нескольких препятствий. Бег с максимальной скоростью (60 м). Бег на результат (30 м, 60 м). Челночный бег 3х10м. Бег 1 000 м без учёта времени. Развитие скоростных и координационных способностей. Подвижные игры с элементами ходьбы и бега. Подготовка к ГТО.

Прыжок с места. Прыжок в длину с разбега в 3–5 шагов способом «согнув ноги». Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Прыжки со скакалкой. Тройной прыжок с места. Многоскоки. Общие развивающие упражнения. Развитие скоростных, скоростно-силовых и координационных способностей. Подвижные игры с элементами прыжков. Эстафеты.

Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Общие развивающие упражнения и эстафеты. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей. Подвижные игры с элементами метания.

Лыжные гонки:

Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижение на лыжах разными способами. Повороты, спуски, подъёмы, торможения. Прохождение на лыжах дистанции 1 км. Развитие координационных способностей и выносливости. Подвижные игры и соревнования на лыжах.

Подвижные и спортивные игры:

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу, удар в цель; остановка мяча; отбор мяча; ведение мяча между предметами, с обводкой предметов, подвижные игры на материале футбола, соревнования по футболу по упрощённым правилам;

баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; ловля и передача мяча; броски мяча в корзину, в цель; подвижные игры на материале баскетбола, соревнования по баскетболу по упрощённым правилам;

волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола, соревнования по волейболу по упрощённым правилам.

Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта.

Праздники и соревнования:

«Юный гимнаст», Юный лыжник»

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

1 класс

№ п\п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Легкая атлетика	11
2.	Подвижные игры	4
3.	Праздники и соревнования	1
4.	Гимнастика с элементами акробатики	15
5.	Праздники и соревнования	1
6.	Подвижные игры	6
7.	Лыжная подготовка	11
8.	Праздники и соревнования	1
9.	Подвижные игры	5
10.	Легкая атлетика	11
	Итого:	**66 ч.**

2 класс

№ п\п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Легкая атлетика	11
2.	Подвижные игры	5
3.	Праздники и соревнования	1
4.	Гимнастика с элементами акробатики	15
5.	Праздники и соревнования	1
6.	Подвижные игры	6
7.	Лыжная подготовка	13
8.	Праздники и соревнования	1
9.	Подвижные игры	10
10.	Легкая атлетика	6
11.	Праздники и соревнования	1
	Итого:	**70 ч.**

3 класс

№ п\п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Легкая атлетика	10
2.	Подвижные игры	6
3.	Гимнастика с элементами акробатики	15
4.	Праздники и соревнования	1
5.	Подвижные игры	5
6.	Лыжная подготовка	15
7.	Праздники и соревнования	1
8.	Подвижные игры	7
9.	Легкая атлетика	8
10.	Праздники и соревнования	2
	Итого:	**70 ч.**

4 класс

№ п\п	Название раздела, темы	Количество часов
1.	Легкая атлетика	10
2.	Подвижные игры	5
3.	Праздники и соревнования	1
4.	Гимнастика с элементами акробатики	15
5.	Праздники и соревнования	1
6.	Подвижные игры	5
7.	Лыжная подготовка	14
8.	Праздники и соревнования	2
9.	Подвижные игры	9
10.	Легкая атлетика	6
11.	Праздники и соревнования	2
	Итого:	**70 ч.**