МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ШКОЛА № 71

ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  РАССМОТРЕНО:  на заседании МО учителей  начальных классов Протокол № От «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г. |  «СОГЛАСОВАНО» Зам. директора по УР Мусина З. Ч. /\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г. |  «УТВЕРЖДАЮ»  Директор МБОУ СОШ №71  Алексеева О.С. /\_\_\_\_\_\_\_\_/  Приказ №от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20 г. |

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «Физическая культура»

1 - 4 класс ФГОС

Срок реализации: 5 лет

 **Программа**: Перспектива. «Физическая культура» Матвеев, А. П. Физическая культура. 1 – 4 класс : учеб.для общеобразовательных учреждений / А. П. Матвеев ; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования ; изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2012.

 **Учитель:** Азанов Е.А.

 Год составления программы: 2017.

1. **Пояснительная записка**

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом МОиНРФ от 06.10.2009г. № 373, изменениями, внесёнными в ФГОС НОО, утверждёнными приказом МОиНРФ от 26.11.2010г. № 1241, Примерной основной образовательной программой НОО, рекомендованной письмом МО и НРФ от16.08.2010г. № 03-48, Основной образовательной программой МБОУ Школа № 71, тематическим планированием  авторов системы учебников «Перспектива».

***Цель*** *школьного образования по физической культуре* – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры в основной школе строится так, чтобы были решены следующие ***задачи:***

– укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

– формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;

– освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

– обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

– воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая Программа в своем предметном содержании направлена на:

– реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);

– реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

– соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

– расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

– усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Федеральный базисный учебный образовательный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение предмета «физическая культура» на этапе начального образования в объеме 280 ч, в том числе: в 1 классе — 70 ч, в 2 классе — 70 ч, в 3 классе — 70 ч, в 4 классе —70 ч. На основании этого был выработан Учебный план школы, согласно которому на изучение предмета отводится в 1 классе – 2 часа в неделю, в 2 классе – 2 часа в неделю, в 3 классе – 2 часа в неделю, в 4 классе – 2 часа в неделю.

1. **Планируемые результаты освоения предмета «Физическая культура»**

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций), которые выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры).

**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, трудолюбия и упорства 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 учетом требований 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 и взрослыми;

- технически правильное выполнение двигательных 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 в Древней Руси;

- представление о том, какие существуют разновидности физических упражнений (общеразвивающие, подводящие, соревновательные);

- представление о правилах и особенностях спортивных игр: футбола, баскетбола и волейбола;

- представление об измерении частоты сердечных сокращений во время и после физической нагрузки;

- представление о закаливании организма (обливании и душе);

- измерение индивидуальных показателей физического развития, формирование основных физических качеств;

- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;

- бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения занятий, игр и соревнований;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами в различных условиях;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов.

1. **Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

**1 КЛасс**

**Знания о физической культуре**

**Физическая культура.** 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: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований.

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

**Способы физической 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 игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

**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.*** *Организующие команды и приемы.* Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания и переползания; передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

***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 (1 кг) на дальность разными способами.

*Метание:* малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

***Лыжная подготовка.*** Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъемы; торможение.

***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 легкой 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.

***Общеразвивающие упражнения*** *(на материале гимнастики с основами акробатики:* развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; *на материале легкой атлетики:* развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; *на материале лыжной подготовки:* развитие координации, выносливости)

**2 КЛАСС**

**Знания о физической культуре**

**Физическая культура.** Что такое физические упражнения, их отличия от естественных движений; представления об основных физических качествах: силе, быстроте, выносливости, гибкости, ловкости и координации движений, об измерении уровня развития основных физических качеств.

**Из истории физической культуры.** История зарождения древних Олимпийских игр; история возникновении первых спортивных соревнований; появление мяча, упражнений и игр с мячом.

**Физические упражнения.**Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и ее связь с развитием основных физических качеств.

**Способы физической деятельности**

**Самостоятельные занятия.** Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки, развития мышц туловища и основных физических качеств, упражнений, развивающих быстроту, равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

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

**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.

***Гимнастика с основами акробатики.*** *Организующие команды и приемы.* Повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два!»; перестроение в две шеренги и колонны; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, «по диагонали», «противоходом», «змейкой», «спиралью».

*Акробатические упражнения.* Кувырок назад до упора на коленях и до упора присев в группировке; «мост» из положения лежа на спине.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой с изменением темпа вращения скакалки. Лазанье по канату в два и три приема. Передвижение и повороты на гимнастическом бревне или перевернутой гимнастической скамейке. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезание, переползания, упражнения на низкой перекладине: вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, с завесом одной или двумя ногами.

***Легкая атлетика.*** Низкий старт с последующим ускорением, бег с изменением темпа; челночный бег 3 х 10 м.

*Прыжковые упражнения:* прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

*Броски:* броски набивного мяча (1 кг) снизу из положения стоя и в седе.

*Метание:* метание малого мяча или мешочка из-за головы на дальность и на точность.

***Лыжная подготовка.*** Передвижение на лыжах: попеременным двухшажным и одновременным одношажным и двухшажным ходом; спуски с горки; подъемы «лесенкой» и «елочкой»; торможение «плугом»; повороты «упором».

***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 легкой 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 ногой с места и с разбега по неподвижному и катящемуся мячу по воротам; ведение мяча правой и левой ногой с последующей передачей партнеру или ударом по воротам.

*Баскетбол:* остановка с прыжком с двух шагов; ведение мяча «змейкой» правой и левой рукой; броски в кольцо.

*Волейбол:* прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками.

***Общеразвивающие упражнения*** *(на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; на материале лыжной подготовки: развитие координации, выносливости).*

**3КЛАСС**

**Знания о физической культуре**

 **Физическая культура.** Разновидности физических упражнений: общеразвивающие (ОРУ), подводящие и соревновательные; правила и особенности игры в футбол, баскетбол и волейбол; закаливание организма (обливание, душ); измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры у народов Древней Руси.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств; физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

**Способы физической деятельности**

**Самостоятельные занятия.** 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); выполнение упражнений, развивающих быстроту, равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча.

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

**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.

***Гимнастика с основами акробатики.*** *Организующие команды и приемы.* Повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два!»; перестроение в две шеренги и колонны; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, «по диагонали», «противоходом», «змейкой», «спиралью».

*Акробатические упражнения.* Кувырок назад до упора на коленях и до упора присев в группировке; «мост» из положения лежа на спине.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой с изменением темпа вращения скакалки. Лазанье по канату в два и три приема. Передвижение и повороты на гимнастическом бревне или перевернутой гимнастической скамейке. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезание, переползания, упражнения на низкой перекладине: вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, с завесом одной или двумя ногами.

***Легкая атлетика.*** Низкий старт с последующим ускорением, бег с изменением темпа; челночный бег 3 х 10 м.

*Прыжковые упражнения:* прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

*Броски:* броски набивного мяча (1 кг) снизу из положения стоя и в седе.

*Метание:* метание малого мяча или мешочка из-за головы на дальность и на точность.

***Лыжная подготовка.*** Передвижение на лыжах: попеременным двухшажным и одновременным одношажным и двухшажным ходом; спуски с горки; подъемы «лесенкой» и «елочкой»; торможение «плугом»; повороты «упором».

***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 легкой 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 ногой с места и с разбега по неподвижному и катящемуся мячу по воротам; ведение мяча правой и левой ногой с последующей передачей партнеру или ударом по воротам.

*Баскетбол:* остановка с прыжком с двух шагов; ведение мяча «змейкой» правой и левой рукой; броски в кольцо.

*Волейбол:* прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками.

***Общеразвивающие упражнения*** *(на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; на материале лыжной подготовки: развитие координации, выносливости).*

**4 КЛАСС**

**Знания о физической культуре**

 **Физическая культура.** Разновидности физических упражнений: общеразвивающие (ОРУ), подводящие и соревновательные; правила и особенности игры в футбол, баскетбол и волейбол; закаливание организма (обливание, душ); измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры у народов Древней Руси.

**Физические упражнения.** Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств; физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.

**Способы физической деятельности**

**Самостоятельные занятия.** 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); выполнение упражнений, развивающих быстроту, равновесие, совершенствующих точность броска малого мяча.

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

**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.

***Гимнастика с основами акробатики.*** *Организующие команды и приемы.* Повороты кругом с разделением по команде «Кругом! Раз-два!»; перестроение в две шеренги и колонны; передвижение в колонне с разной дистанцией и темпом, «по диагонали», «противоходом», «змейкой», «спиралью».

*Акробатические упражнения.* Кувырок назад до упора на коленях и до упора присев в группировке; «мост» из положения лежа на спине.

*Гимнастические упражнения прикладного характера.* Прыжки со скакалкой с изменением темпа вращения скакалки. Лазанье по канату в два и три приема. Передвижение и повороты на гимнастическом бревне или перевернутой гимнастической скамейке. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезание, переползания, упражнения на низкой перекладине: вис на согнутых руках, вис стоя спереди, сзади, с завесом одной или двумя ногами.

***Легкая атлетика.*** Низкий старт с последующим ускорением, бег с изменением темпа; челночный бег 3 х 10 м.

*Прыжковые упражнения:* прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

*Броски:* броски набивного мяча (1 кг) снизу из положения стоя и в седе.

*Метание:* метание малого мяча или мешочка из-за головы на дальность и на точность.

***Лыжная подготовка.*** Передвижение на лыжах: попеременным двухшажным и одновременным одношажным и двухшажным ходом; спуски с горки; подъемы «лесенкой» и «елочкой»; торможение «плугом»; повороты «упором».

***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 легкой 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 ногой с места и с разбега по неподвижному и катящемуся мячу по воротам; ведение мяча правой и левой ногой с последующей передачей партнеру или ударом по воротам.

*Баскетбол:* остановка с прыжком с двух шагов; ведение мяча «змейкой» правой и левой рукой; броски в кольцо.

*Волейбол:* прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками.

***Общеразвивающие упражнения*** *(на материале гимнастики с основами акробатики: развитие гибкости, координации, силовых способностей, формирование осанки; на материале легкой атлетики: развитие координации, быстроты, выносливости, силовых способностей; на материале лыжной подготовки: развитие координации, выносливости).*

1. **Тематическое планирование с указанием количества часов**

**1 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Гимнастика с основами акробатики  | 16 |
| 2 | Легкая атлетика  | 26 |
| 3 | Лыжные гонки  | 14 |
| 4 | Баскетбол  | 11 |
| 5 | Футбол  | 3 |
|  | Всего | 70 |

**2 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Гимнастика с основами акробатики  | 16 |
| 2 | Легкая атлетика  | 25 |
| 3 | Лыжные гонки  | 14 |
| 4 | Баскетбол  | 11 |
| 5 | Футбол  | 4 |
|  | Всего | 70 |

**3класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Гимнастика с основами акробатики  | 16 |
| 2 | Легкая атлетика  | 17  |
| 3 | Лыжные гонки  | 14 |
| 4 | Баскетбол  | 13  |
| 5 | Волейбол  | 6 |
| 6 | Футбол  | 4 |
|  | Всего | 70 |

**4 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Гимнастика с основами акробатики  | 16 |
| 2 | Легкая атлетика  | 17 |
| 3 | Лыжные гонки  | 14 |
| 4 | Баскетбол  | 13 |
| 5 | Волейбол  | 6 |
| 6 | Футбол  | 4 |
|  | Всего | 70 |

***Приложения к программе***

 Приложение 1.1. Календарно-тематическое планирование – 1 класс.

 Приложение 1.2. Календарно-тематическое планирование – 2 класс.

 Приложение 1.3. Календарно-тематическое планирование – 3 класс.

 Приложение 1.4. Календарно-тематическое планирование – 4 класс.

 Приложение 2. 1. Контрольно-измерительные материалы – 1 класс.

 Приложение 2. 2. Контрольно-измерительные материалы – 2 класс.

 Приложение 2. 3. Контрольно-измерительные материалы – 3 класс.

 Приложение 2. 4. Контрольно-измерительные материалы – 4 класс.