

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 4 КЛАСС

Федеральная программа по предмету "Физическая культура" в 4 классе рассчитана на 68 часов. В соответствии с календарным учебным графиком на 2023-2024 учебный год рабочая программа по предмету "Физическая культура" во 4А совпадает с Федеральной программой.

В соответствии с календарным учебным графиком на 2023-2024 учебный год рабочая программа по предмету "Физическая культура" во 4Б составлена на 67. часов. Выполнение федеральной программы в полном объеме предусмотрено за счет объединения тем №.67 и №68.

В соответствии с календарным учебным графиком на 2023-2024 учебный год рабочая программа по предмету "Физическая культура" во 4В классах составлена на 66. часов. Выполнение федеральной программы в полном объеме предусмотрено за счет объединения тем №65 и №66, №.67 и №68.

В процессе реализации данной рабочей программы предусмотрено диагностические задания по формированию функциональной грамотности не менее 1 раза в четверть:

№ урока	Формулировка задания	Ссылка на образовательный ресурс (Учи.ру, Якласс и ЕСОО)
1 четверть	Естественно-научное мышление	Буряк М.В., Шейкина С.А. Функциональная грамотность 4 класс. Тренажер для школьников. Учение с увлечением. Издательство Планета. 2023 г.
2 четверть	Срез знаний	Администрация
3 четверть	Политоринг	
4 четверть	Естественно-научное мышление	Буряк М.В., Шейкина С.А. Функциональная грамотность 4 класс. Тренажер для школьников. Учение с увлечением. Издательство Планета. 2023 г.

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения			Электронные цифровые образовательны е ресурсы
		Всего	изучения Контроль ные работы	Практически е работы	4А	4Б	4В	
1	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры				05.09.23	04.09.23	07.09.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/</a>
2	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой				07.09.23	06.09.23	08.09.23	
3	Упражнения в прыжках в высоту с разбега				12.09.23	11.09.23	14.09.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6192/start/195097/</a>
4	Упражнения в прыжках в высоту с разбега				14.09.23	13.09.23	15.09.23	
5	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания				19.09.23	18.09.23	21.09.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5165/start/89177/</a>
6	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания				21.09.23	20.09.23	22.09.23	
7	Беговые упражнения				26.09.23	25.09.23	28.09.23	
8	Беговые упражнения				28.09.23	27.09.23	29.09.23	
9	Метание малого мяча на дальность				03.10.23	02.10.23	05.10.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5166/start/195044/</a>
10	Метание малого мяча на дальность				05.10.23	04.10.23	06.10.23	

11	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми				10.10.23	09.10.23	12.10.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6190/start/195259/</a>
12	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»				12.10.23	11.10.23	13.10.23	
13	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»				17.10.23	16.10.23	19.10.23	
14	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»				19.10.23	18.10.23	20.10.23	
15	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»				24.10.23	23.10.23	26.10.23	
16	Из истории развития физической культуры в России				26.10.23	25.10.23	27.10.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/194575/</a>
17	Из истории развития национальных видов спорта				07.11.23	13.11.23	09.11.23	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/start/195311/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6193/start/195311/</a>
18	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений				09.11.23	08.11.23	10.11.23	
19	Акробатическая комбинация				14.11.23	20.11.23	16.11.23	
20	Акробатическая комбинация				16.11.23	15.11.23	17.11.23	
21	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания				21.11.23	27.11.23	23.11.23	
22	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега				23.11.23	22.11.23	24.11.23	

	способом напрыгивания							
23	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку				28.11.23	04.12.23	30.11.23	
24	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку				30.11.23	29.11.23	01.12.23	
25	Обучение опорному прыжку				05.12.23	11.12.23	07.12.23	
26	Обучение опорному прыжку				07.12.23	06.12.23	08.12.23	
27	Упражнения на гимнастической перекладине				12.12.23	18.12.23	14.12.23	
28	Упражнения на гимнастической перекладине				14.12.23	13.12.23	15.12.23	
29	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине				19.12.23	25.12.23	21.12.23	
30	Танцевальные упражнения «Летка-енка»				21.12.23	20.12.23	22.12.23	
31	Танцевальные упражнения «Летка-енка»				26.12.23	15.01.24	28.12.23	
32	Самостоятельная физическая подготовка				28.12.23	27.12.23	29.12.23	
33	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой				09.01.24	22.01.24	11.01.24	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5168/start/195560/</a>
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения				11.01.24	10.01.24	12.01.24	
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения				16.01.24	29.01.24	18.01.24	
36	Передвижение на лыжах				18.01.24	17.01.24	19.01.24	

	одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения							
37	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения				23.01.24	05.02.24	25.01.24	
38	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах				25.01.24	24.01.24	26.01.24	
39	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах				30.01.24	12.02.24	01.02.24	
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона				01.02.24	31.01.24	02.02.24	
41	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона				03.02.24	19.02.24	08.02.24	
42	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона				08.02.24	07.02.24	09.02.24	
43	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации				13.02.24	26.02.24	15.02.24	
44	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации				15.02.24	14.02.24	16.02.24	
45	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма				20.02.24	04.03.24	22.02.24	
46	Разучивание подвижной игры				22.02.24	21.02.24	01.03.24	

	«Паровая машина»							
47	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»				27.02.24	11.03.24	29.02.24	
48	Упражнения из игры волейбол				29.02.24	28.02.24	15.03.24	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6225/start/196076/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6225/start/196076/</a>
49	Упражнения из игры баскетбол				05.03.24	18.03.24	07.03.24	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3637/start/195824/</a>
50	Упражнения из игры футбол				07.03.24	07.03.24	22.03.24	
51	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры				12.03.24	01.04.24	14.03.24	
52	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела				14.03.24	14.03.24	05.04.24	
53	Закаливание организма				19.03.24	08.04.24	21.03.24	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/start/279146/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/start/279146/</a>
54	Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени				21.03.24	21.03.24	12.04.24	
55	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время				02.04.24	15.04.24	04.04.24	
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты				04.04.24	03.04.24	19.04.24	
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м				09.04.24	22.04.24	11.04.24	

58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения				11.04.24	10.04.24	26.04.24	
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты				16.04.24	27.04.24	18.04.24	
60	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				18.04.24	17.04.24	03.05.24	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты				23.04.24	06.05.24	25.04.24	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры				25.04.24	24.04.24	17.05.24	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты				07.05.24	13.05.24	02.05.24	

64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры				02.05.24	08.05.24	24.05.24	
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры				14.05.24	20.05.24	16.05.24	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты				16.05.24	15.05.24		
67	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры				21.05.24	22.05.24	23.05.24	
68	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Плавание 50м. Подвижные игры				23.05.24			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	68	67	66	