



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Многопрофильный лицей №186 - «Перспектива»
Приволжского района г.Казани**


«Рассмотрено»

Руководитель МО
МБОУ «Лицей №186 - «Перспектива»
 /Р.Н. Сабирзянов/
Протокол №1 от 25.08.2023г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УР
МБОУ «Лицей №186 - «Перспектива»
 /Р.И. Мухутдинов/
«29» августа 2023 г.

«Утверждаю»

Директор
МБОУ «Лицей №186 - «Перспектива»
 /А.Т. Замалдинов/
Приказ № 422 от 28.08.2023г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(календарно-тематическое планирование)
по физической культуре
(ID 3137228)
Валиуллова Алмаза Фанисовича,
учителя физической культуры
4 классы**

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол №1 от 28.08.2023г.

Учебно-тематическое планирование по физической культуре

Класс: 4

Учитель: Валиуллов А.Ф.

Количество часов:

Всего 34 ч ; в неделю 1 ч

Учебники: Матвеев А.П., Физическая культура. 4 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2019.- 95 с.: ил. - (Перспектива).

Дополнительная литература: Рабочая программа по физической культуре. 4 класс/ Сост. А.Ю. Патрикеев. - М.:ВАКО, 2015.-64 с.

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения по плану	Дата изучения по факту	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
Знания о физической культуре							
1	Из истории развития физической культуры в России	1					https://resh.edu.ru/
Способы самостоятельной деятельности							
2	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1					https://resh.edu.ru/
Спортивно-оздоровительная физическая культура							
3	Метание малого мяча на дальность	1					https://resh.edu.ru/
4	Беговые упражнения	1					https://resh.edu.ru/
Прикладно - ориентированная физическая культура							

5	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1					https://resh.edu.ru/
6	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1					https://resh.edu.ru/
Спортивно-оздоровительная физическая культура							
7	Упражнения из игры баскетбол	1					https://resh.edu.ru/
8	Упражнения из игры баскетбол	1					https://resh.edu.ru/
9	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1					https://resh.edu.ru/
10	Оказание первой помощи на занятиях	1					https://resh.edu.ru/

	физической культуры						
11	Акробатическая комбинация	1					https://resh.edu.ru/
12	Упражнения на гимнастической перекладине	1					https://resh.edu.ru/
Оздоровительная физическая культура							
13	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1					https://resh.edu.ru/
Прикладно - ориентированная физическая культура							
14	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					https://resh.edu.ru/

15	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1					https://resh.edu.ru/
Способы самостоятельной деятельности							
16	Самостоятельная физическая подготовка	1					https://resh.edu.ru/
17	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1					https://resh.edu.ru/
Спортивно-оздоровительная физическая культура							
18	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1					https://resh.edu.ru/
19	Передвижение на лыжах	1					https://resh.edu.ru/

	одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения						
20	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1					https://resh.edu.ru/
21	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1					https://resh.edu.ru/
Прикладно - ориентированная физическая культура							
22	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1					https://resh.edu.ru/
23	Освоение правил и техники	1					https://resh.edu.ru/

	выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км. Эстафеты						
Спортивно-оздоровительная физическая культура							
24	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1					https://resh.edu.ru/
25	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1					https://resh.edu.ru/
26	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1					https://resh.edu.ru/
27	Передвижение на лыжах	1					https://resh.edu.ru/

	одновременным одношажным ходом с небольшого склона						
28	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1					https://resh.edu.ru/
29	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1					https://resh.edu.ru/
30	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1					https://resh.edu.ru/
31	Упражнения из игры волейбол	1					https://resh.edu.ru/
32	Упражнения из игры волейбол	1					https://resh.edu.ru/
33	Упражнения из игры футбол	1					https://resh.edu.ru/
34	Упражнения из игры футбол	1					https://resh.edu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО		34	0				

ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ				
-----------------------	--	--	--	--

В данном документе пронумеровано,
прошнуровано и скреплено печатью
Одннадцати (11) лист(а,ов)

Директор МБОУ «Лицей №186 –
«Перспектива»

А.Т.Замалдинов

