

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент Смоленской области по образованию и науке

Администрация города Смоленска

МБОУ "Лицей № 1 им. академика Б.Н. Петрова"

«РАССМОТРЕНО»

заведующая кафедрой
_____ Деревянко И.В.
« 29 » «08» 2024 г

«ПРИНЯТО»

педагогическим советом
« 30 » «08» 2024 г
протокол № 1

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор лицея
_____ Моисеенков Г.А.
« 30 » «08» 2024 г
приказ № 270

«СОГЛАСОВАНО»

заместитель директора
_____ Казанцева Т.В.
« 29 » «08» 2024 г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 5595529)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 4 «А», «Б» классов

Мамедова Тимура Айдыновича.

учителя физической культуры

Смоленск

2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 4 класса составлена в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, Федеральной образовательной программой начального общего образования, на основе Федеральной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» начального общего образования, Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ «Лицей № 1 им. академика Б.Н. Петрова» города Смоленска, составленной в 2024 году.

Программа по физической культуре для 4 класса составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление

и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-

ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

В содержании программы по физической культуре раскрыты основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

4 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Лёгкая атлетика

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

*Часы, отведённые на разделы: «Лыжная подготовка», "Плавательная подготовка" распределены между содержанием других разделов: лёгкая

атлетика, подвижные и спортивные игры и прикладно-ориентированная физическая культура, из-за отсутствия должных условий (климатические условия и материальная база лицез).

Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в **4 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
- выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
- объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
- самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в **4 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой ;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Название раздела	Учет компонентов Рабочей программы воспитания
1.	ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ	Формирование принятия и реализации ценностей здорового и безопасного образа жизни . формирование ответственного и компетентного отношения к собственному физическому здоровью
2.	СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	Формирование ответственного и компетентного отношения к собственному физическому здоровью
3.	ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ	Развитие компетенций сотрудничества со сверстниками в разных видах физкультурной деятельности
4.	ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	Формирование ответственного и компетентного отношения к собственному физическому здоровью
5.	СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	Формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга.
6.	ПРИКЛАДНО – ОРИЕНТИРОВАННАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА	Формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга.
7.	ПРОМЕЖУТОЧНАЯ АТТЕСТАЦИЯ	Формирование ответственного отношения к учению

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2	0	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3593/start/ ; https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	2	0	2	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2	0	2	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6188/start/194632/ ; https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого по разделу		4			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
1.2	Закаливание организма	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/lesson/6187/start/

Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	10	0	10	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.2	Кроссовая подготовка	8	0	7	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.3	Гимнастика с основами акробатики	12	0	11	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
2.4	Подвижные и спортивные игры	20	0	20	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah ; https://resh.edu.ru/subject/9/4/
Итого по разделу		50			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	9	0	6	https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого по разделу		9			
Раздел 4. Контроль					
4.1. Промежуточная аттестация		1	1	0	http://school-collection.edu.ru/ ; https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-1-4-klassy-lyah
Итого по разделу		1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	62	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1	
2	Из истории развития физической культуры в России	1	0	1	
3	Из истории развития национальных видов спорта	1	0	1	
4	Беговые упражнения. Техника выполнения низкого старта, стартовое ускорение.	1	0	1	
5	Техника выполнения низкого старта, стартовое ускорения.	1	0	1	
6	Техника выполнения финиширования. Бег с максимальной скоростью на 30м.	1	0	1	
7	Техника выполнения финиширования. Бег с максимальной скоростью на 60м.	1	0	1	
8	Техника прыжка в длину с разбега	1	0	1	
9	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1	0	1	
10	Техника прыжка в высоту с разбега способом "перешагивания"	1	0	1	
11	Техника прыжка в высоту с разбега	1	0	1	

	способом "перешагивания"				
12	Техника метания малого мяча на дальность	1	0	1	
13	Техника метания малого мяча на дальность	1	0	1	
14	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание первой помощи при травмах	1	0	1	
15	Предупреждение травматизма на занятиях спортивными играми. Упражнения из игры футбол	1	0	1	
16	Упражнения из игры футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы.	1	0	1	
17	Упражнения из игры футбол. Выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
18	Упражнения из игры футбол. Выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
19	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1	0	1	
20	Акробатическая комбинация	1	0	1	
21	Акробатическая комбинация	1	0	1	
22	Акробатическая комбинация	1	0	1	

23	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1	0	1	
24	Техника выполнения опорного прыжка	1	0	1	
25	Техника выполнения опорного прыжка	1	0	1	
26	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1	0	1	
27	Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом	1	0	1	
28	Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом	1	0	1	
29	Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом	1	0	0	
30	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	1	
31	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1	0	1	
32	Эстафеты с использованием гимнастического инвентаря	1	0	1	
33	Правила по технике безопасности на уроках кроссовой подготовки. Бег до 2 мин. в умеренном темпе.	1	0	1	
34	Самостоятельная физическая подготовка	1	0	1	
35	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1	0	1	
36	Прыжки на месте и в движении.	1	0	1	

	Повторный бег до 2 мин.				
37	Прыжки на месте и в движении, через препятствия. Повторный бег до 3 мин.	1	0	1	
38	Прыжки на месте и в движении, через препятствия. Повторный бег до 3 мин.	1	0	1	
39	Медленный бег в чередовании с ходьбой на дистанции кросса. Подвижная игра: "Выбивной".	1	0	1	
40	Медленный бег в чередовании с ходьбой на дистанции кросса. Подвижная игра: "Выбивной".	1	0	1	
41	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1	0	0	
42	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1	0	1	
43	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1	0	1	
44	Правила и проведение подвижной игры «Подвижная цель»	1	0	1	
45	Правила и проведение подвижной игры «Паровая машина»	1	0	1	
46	Правила и проведение подвижной игры «Гонка лодок»	1	0	1	
47	Нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	

48	Нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
49	Нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
50	Технические действия. Игра в волейбол.	1	0	1	
51	Технические действия. Игра в волейбол.	1	0	1	
52	Ведение, передачи в парах, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
53	Ведение, передачи в парах в движении, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
54	Ведение, передачи в парах, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
55	Бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	
56	Бросок мяча двумя руками от груди в движении, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.	1	0	1	

57	Закаливание организма	1	0	1	
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	0	1	
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	0	
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1	0	1	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1	0	0	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	1	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3х10 метров.	1	0	0	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1	0	1	
65	Промежуточная аттестация	1	1	0	
66	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с	1	0	1	

	соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени				
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	0	1	
68	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1	0	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	62	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура: 4-й класс: учебник;/ Матвеев А.П. - 5-е издание переработанное; Акционерное общество «Издательство «Просвещение», 2023

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Федеральная рабочая программа по учебному предмету "Физическая культура"
- Физическая культура: 4-й класс: учебник; / Матвеев А.П. - 5-е издание переработанное; Матвеев А.П. Акционерное общество «Издательство «Просвещение», 2023
- Методические рекомендации. 1—4 классы : учеб. пособие для общеобразовательных организаций / В. И. Лях. — 4-е изд. — М. : Просвещение, 2021. — 175 с. —(Школа России).

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

-Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального образования. [http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject\[\]=38-](http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?subject[]=38-)

-Сообщество учителей физической культуры на портале «Сеть творческих учителей»[http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924
tmpl=com](http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&tmpl=com)

-Образовательные сайты для учителей физической культуры

http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/- Сайт "Я иду на урок физкультуры"

<http://spo.1september.ru/urok/>

-Сайт «ФизкультУра» <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://www.it->

[n.ru/communities.aspx?cat_no=22924 lib_no=32922 tmpl=lib](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib)

- сеть творческих учителей/сообщество учителей физ.культуры

<http://www.trainer.h1.ru/>- сайт учителя физ.культуры

<http://zdd.1september.ru/>

-газета "Здоровье детей" <http://spo.1september.ru/>

-<https://resh.edu.ru/subject/9/>- РЭШ (Российская электронная школа)

-<https://www.gto.ru/norms> – сайт ВФСК «ГТО»