

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» определяет содержание и структуру учебного материала, последовательность его изучения, пути формирования компетенций и способов деятельности, развития, воспитания и социализации обучающихся.

Рабочая программа рассчитана на 102 часа. В неделю реализуется 3 часа.

Рабочая программа разработана в соответствии с:

1. Приказом Минобрнауки России от 06.10. 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
2. Приказа Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372 «Об утверждении федеральной образовательной программы начального общего образования» (далее – ФОП НОО);
3. Основной образовательной программой НОО МБОУ «Сергинская СОШ им. Героя Советского Союза Н.И. Сирина» на 2022-2027 г. г., утвержденной приказом директора от 30.08.2023 года №01-11/286
4. Учебным планом МБОУ «Сергинская СОШ им. Н.И. Сирина» на 2023-2024 учебный год, утвержденным приказом директора от 30.08.2023 года №01-11/287

Целью программы по физической культуре является:

- формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- *укрепление здоровья* школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- *совершенствование* жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- *формирование общих представлений* о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- *развитие интереса* к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- *обучение* простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности. Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекса:
- УМК обучающегося: «Физическая культура». 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2010г.
- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (1—4 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Данная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» обеспечивает формирование универсальных учебных действий, а также достижения необходимых предметных результатов освоения курса, заложенных в ФГОС начального общего образования.

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 **3 классе** у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

- понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
- объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
- понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
- обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;

- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
- правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
- активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
- делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

- контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
- оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

Предметные результаты.

К концу обучения в 3 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;

- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

2.Содержание учебного предмета

№ п/п	Тема раздела	Материал, изучаемый по теме	Кол-во часов
Знание о физической культуре (4 ч.)			
1	Правила ТБ при занятиях физической культурой.	Ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. Определение состава спортивной одежды в зависимости от погодных условий и времени года	1
2	Зарождение физической культуры на территории Древней Руси.	История физической культуры.	1
3	Символика и ритуал проведения Олимпийских игр. Церемония открытия и закрытия Олимпийских игр, талисманы олимпийских игр, олимпийские символы.	Символика и ритуал проведения Олимпийских игр.	1
4	Физическое развитие и физическая подготовка. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств	Показатели физического развития. Показатели физической подготовки.	1
Способы физкультурной деятельности (в процессе урока)			
5	Правила составления 8 комплексов ОРУ, упражнения на развитие различных мышечных групп, упражнения с предметами.	Составлять комплексы ОРУ. Измерять (пальпаторно) ЧСС.	В процессе урока

6	Контроль за состоянием организма по ЧСС. Измерение ЧСС во время выполнения физических упражнений.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	
7	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).		
8	Игры и развлечения в зимнее время года. Игры и развлечения в летнее время года.		
9	Подвижные игры с элементами спортивных игр.		
Физическое совершенствование (98 ч.)			
Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе урока)			
10	Оздоровительные формы занятий	Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий	В процессе урока
11	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки		
12	Развитие физических качеств. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.		
13	Развитие физических качеств. Комплексы упражнений на развитие физических качеств.		
14	Гимнастика для глаз.		
Спортивно-оздоровительная деятельность			

Гимнастика с основами акробатики (19 ч.)			
15	Акробатические упражнения	<p>Выполнение: строевых команд и акробатических элементов отдельно и в комбинации техники разучиваемых акробатических упражнений техники акробатических упражнений и акробатических комбинаций. Формирование: универсальных умений по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений Выявление: характерных ошибок при выполнении акробатических упражнений.</p>	6
17	Снарядная гимнастика	Лазание по гимнастической стенке, канату; подтягивание в висе на высокой и низкой перекладине. Прыжки на скакалке. Упражнения с лентой.	7
18	Гимнастические упражнения прикладного характера:	Техника гимнастических упражнений прикладной направленности. Проявление качества силы, координации и выносливости при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности	6
Легкая атлетика (27 ч.)			
19	Беговые упражнения	<p>Выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью (до 60 м), равномерным медленным бегом до 1 км. Преодолевать простейшие препятствия. Техника беговых упражнений, выявление ошибок в технике выполнения беговых упражнений, осваивать технику бега различными способами, проявлять качества силы, быстроты, выносливости. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении беговых упражнений.</p>	14

		Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Правила ТБ, понятие «короткая дистанция».	
20	Прыжковые упражнения	Выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться в яму на две ноги. Техника прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по ЧСС при выполнении прыжковых упражнений Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Правила ТБ при выполнении прыжковых упражнений.	7
21	Броски, метания	Выполнение основных движений в метании; метание различных предметов и мячей на дальность с места из различных положений, метание в цель. Техника бросков и метаний Правила ТБ при выполнении бросков и метаний. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении бросков и метаний.	6
		Подвижные и спортивные игры (39 ч.)	
22	Подвижные игры	Подвижные игры с бегом, прыжками, метанием Осваивать универсальные действия в самостоятельной организации и проведения подвижных игр Излагать правила и условия проведения подвижных игр Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх	8

		<p>Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p>	
23	Подвижные игры на основе баскетбола	<p>Владение мячом (держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски) в процессе подвижных игр</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p>	12
24	Подвижные игры на основе волейбола	<p>Перемещаться, владеть мячом в процессе подвижных игр</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности</p>	12
25	Подвижные игры на основе футбола	<p>Перемещаться, владеть мячом в процессе подвижных игр</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр</p>	7
		Лыжная подготовка (12 ч.)	
26	Лыжные гонки	Уметь передвигаться на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного, двухшажного с попеременным	12

		двухшажным. Поворот переступанием. Спуски на лыжах с уклонов малой крутизны.	
	Итого:		102

3.Календарно - тематическое планирование

№ п\п	№ урока	Тема урока	Воспитательная компонента Модуль «Школьный урок»			Дата	
			Вид деятельности	Форма деятельности	Содержание воспитательного потенциала	план	факт
I четверть							
Лёгкая атлетика (13ч.)							
Основы знаний (1ч.)							
1	1	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики, подвижных и спортивных игр.	Познавательная	Беседа	Воспитание уважения в коллективе		
Беговая подготовка (8ч.)							
2	2	Бег 30м	Спортивно-оздоровительная	Упражнения для развития скорости	Воспитание чувства коллективизма		
3	3	К. р. Бег 60м					
4	4	Челночный бег.		Упражнения для развития координации	Воспитание внимания к друг другу во время выполнения заданий		
5	5	Преодоление препятствий в беге.					
6	6-7	Равномерный бег (7 мин).		Упражнения для развития выносливости	Воспитание внимания к друг другу во время длительного бега		
7	8-9	Кросс 1 км					

Прыжковая подготовка (4ч.)										
8	10	Прыжок в длину с места.	Познавательная	Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	Воспитание уважения в коллективе					
9	11	Прыжок в длину с короткого разбега.								
10	12	Прыжок в длину с полного разбега.								
11	13	К.р. Прыжок в длину с разбега <i>(с зоны отталкивания)</i> .	Спортивно-оздоровительная							
Броски большого, метания малого мяча (3ч.)										
12	14	Метание малого мяча в цель и на заданное расстояние.	Познавательная	Упражнения для развития координационных способностей	Воспитание внимания к друг другу во время метания					
13	15	Метание малого мяча с места на дальность.	Спортивно-оздоровительная							
14	16	Броски набивного мяча.		Упражнения для развития силовых способностей	Воспитание внимания к друг другу во время бросков набивного мяча					
Подвижные игры на основе футбола (7 ч.)										
15	17	Игры «Заяц без логова», «Удочка». Эстафеты.	Игровая	Ролевая игра	Воспитание чувства внимания в игровых ситуациях					
16	18	Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». Эстафеты с мячами.			Воспитание чувства внимания в игре					
17	19	Игры «Наступление», «Метко в цель». Эстафеты с мячами.			Воспитание чувства внимания в игровых ситуациях					
18	20	Игры «Вызов номеров», «Защита укреплений». Эстафеты с палками.								
19	21	Игры «Кто дальше бросит», «Волк во рву».								
20	22	Игры «Пустое место», «К своим флажкам».								

21	23	Эстафеты с ведением футбольного мяча.		Игра-путешествие			
Подвижные игры на основе баскетбола (4 ч.)							
22	24	Игра «Передал - садись».		Ролевая игра			
23	25	Игра «Мяч - среднему».	Игровая	Ролевая игра			
24	26	Игра «Мяч - среднему».					
25	27	Игра «Мяч - среднему».					
Основы знаний (1ч.)							
26	28	Зарождение физической культуры на территории Древней Руси.	Познавательная	Беседа	Воспитание доброго отношения к своим товарищам по классу		
II четверть Гимнастика с элементами акробатики (21ч.) Акробатические упражнения (6 ч.)							
27	29	Правила ТБ при занятиях гимнастическими упражнениями, подвижными играми. Группировка. Перекаты в группировке.	Познавательная	Упражнения для развития координационных и силовых способностей	Воспитание чувства коллективизма		
28	30	Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой.					
29	31	Кувырок назад в упор присев.					
30	32	Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Кувырок вперед.			Воспитание чувства коллективизма и уважения к друг другу		

31	33	2-3 кувырка вперед слитно. Стойка на лопатках.	Спортивно-оздоровительная				
32	34	Акробатическая комбинация.					
Снарядная гимнастика (7 ч.)							
33	35	Вис стоя и лежа.	Познавательная	Упражнения для развития силовых способностей	Воспитание чувства коллективизма и поддержки		
34	36	Вис на согнутых руках.					
35	37	К.р. Подтягивания в виси.	Спортивно-оздоровительная				
36	38	Гимнастическая комбинация на низкой перекладине.	Познавательная	Упражнения для развития координационных способностей	Воспитание чувства коллективизма и уважения к друг другу		
37	39	Ходьба приставными шагами по бревну (<i>высота до 1 м</i>).					
38	40-41	Прыжок с разбега согнув ноги через козла.					
Снарядная гимнастика (6 ч.)							
39	42-43	Прыжки со скакалкой. Упражнения с лентой.	Спортивно-оздоровительная	Упражнения для развития координационных способностей	Воспитание чувства коллективизма и поддержки		
40	44	Прыжки группами на длинной скакалке.					
41	45	Лазание по наклонной скамейке в упоре присев.	Познавательная	Упражнения для развития силовых способностей	Воспитание чувства коллективизма и уважения к друг другу		
42	46	Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками.					
43	47-48	Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки.					

Основы знаний (1ч.)							
44	49	Символика и ритуал проведения Олимпийских игр.	Познавательная	Беседа	Воспитание доброго отношения к своим товарищам по классу		
III четверть Лыжная подготовка (12 ч.)							
45	50	Правила безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижение на лыжах изученными способами.	Спортивно-оздоровительная	Упражнения для развития выносливости	Воспитание чувства коллективизма и поддержки		
46	51	Передвижение на лыжах скользящим шагом 1 км.					
47	52	Спуски и подъёмы.	Познавательная	Упражнения для развития координационных способностей	Воспитание чувства коллективизма и уважения к друг другу		
48	53	Повороты приставными шагами.					
49	54	Торможения и повороты при спуске на лыжах с палками.					
50	55	Чередование ходов и хода на дистанции.				Упражнения для развития выносливости	Воспитание чувства коллективизма и поддержки
51	56	Повороты на лыжах "упором".		Упражнения для развития координационных и силовых способностей	Воспитание чувства коллективизма		
52	57	Повороты на лыжах на месте переступанием вокруг носков и пяток.					
53	58	Падение на лыжах на бок.				Решение проектных задач	
54	59	Прохождение дистанции 1 км с раздельного старта на время.	Спортивно-оздоровительная	Упражнения для развития выносливости	Воспитание чувства коллективизма и поддержки		

55	60-61	Прохождение дистанции 1500 м.					
Подвижные игры на основе баскетбола (8 ч.)							
56	62	Ловля и передача мяча на месте. Игра «Передал - садись».	Познавательная Игровая	Ролевая игра Упражнения для развития ловкости	Воспитание чувства внимания в игре и игровых ситуациях		
57	63	Ловля и передача мяча в движении. Игра «Мяч - среднему».					
58	64	Ведение мяча в движении шагом. Игра «Борьба за мяч».					
59	65	Ведение мяча в движении бегом. Игра «Борьба за мяч».					
60	66	Бросок двумя руками от груди. Игра «Гонка мячей по кругу».					
61	67	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. Игра «Гонка мячей по кругу».					
62	68	Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Игры «Обгони мяч», «Перестрелка».					
63	69	Ведение мяча с изменением скорости. Игра «Мяч соседу».					
Подвижные игры на основе волейбола (10 ч.)							
64	70	Перемещения. Ходьба и бег по сигналу. Игра «Пионербол».	Познавательная Игровая	Ролевая игра Упражнения для развития ловкости	Воспитание чувства внимания в спортивной игре и игровых ситуациях		
65	71	Остановка скачком после ходьбы и бега. Игра «Пионербол».					
66	72	Передача мяча, подброшенного партнером. Игра «Пионербол».					
67	73	Во время перемещения по сигналу – передача мяча. Игра «Мяч в воздухе».					

68	74	Передача в парах. Игра «Мяч в воздухе».					
69	75	Передача в парах. Игра «Мяч в воздухе».					
70	76	Передачи у стены. Игра «Мяч в воздухе».					
71	77	Прием снизу двумя руками. Игра «Пионербол».		Ролевая игра Упражнения для развития ловкости, координации	Воспитание чувства внимания в спортивной игре и игровых ситуациях		
72	78	Передачи в парах через сетку.	Познавательная		Воспитание чувства внимания		
73	79	Игра «Мяч в воздухе». Во время перемещения по сигналу – передача мяча.					
Подвижные игры на основе волейбола (2 ч.)							
74	80	Игра «Мяч в воздухе». Во время перемещения по сигналу – передача мяча.	Познавательная Игровая	Ролевая игра Упражнения для развития ловкости, координации			
75	81	Игра «Пионербол».		Ролевая игра	Воспитание чувства внимания и навыков спортивной игры		
IV четверть							
Основы знаний (1ч.)							
76	82	Правила безопасности на уроках подвижных игр, лёгкой атлетики. Физическое развитие и физическая подготовка. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	Познавательная	Беседа	Воспитание доброго отношения к своим товарищам по классу		

Подвижные игры (8ч.)							
77	83-84	Ведение мяча. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».		Ролевая игра	Воспитание чувства коллективизма и		
78	85-86	Подвижная игра «передача мячей в колоннах». Развитие физических качеств в игре	Игровая Спортивно-оздоровительная	Упражнения для развития ловкости, координации	поддержки		
79	87-88	Подвижная игра «передача мячей в колоннах». Развитие физических качеств в игре					
80	89-90	Подвижные игры «Прыжки на одной ноге», «Заячьи следы»	Игровая	Ролевая игра	Воспитание чувства внимания в подвижных играх		
Легкая атлетика (13 ч.)							
81	91	Совершенствование техники бега на 30 метров с высокого старта.	Познавательная	Упражнения для развития скоростных способностей	Воспитание чувства коллективизма и уважения		
82	92	Учет бега на 30 метров.	Спортивно-оздоровительная				
83	93	Совершенствование бега на 60 метров.					
84	94	Прыжок в длину с места.		Упражнения для развития скоростно-силовых способностей			
85	95	Совершенствование техники метания мяча на дальность.		Упражнения для развития координации			
86	96	Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие выносливости.		Упражнения для развития скоростно-силовых способностей	Воспитание чувства коллективизма		
87	97	Прыжок в длину с места на результат.	Воспитание чувства коллективизма и уважения				
88	98	Прыжок в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.					

89	99	Учет техники метания мяча.		Упражнения для развития координации	Воспитание чувства коллективизма и уважения к друг другу		
90	100-101	Учет бега на выносливость 1500 метров.		Упражнения для развития выносливости			
91	102	Челночный бег 3x10 м. на результат.		Упражнения для развития координационных способностей			

Лист корректировки рабочей программы

№ урока	Тема	Способ корректировки	Пояснение причин корректировки	Согласование
			На основании приказа от № «Об утверждении календарных учебных графиков на 2023-2024 учебный год»	Зам директора по УВР
			На основании приказа от № «Об утверждении календарных учебных графиков на 2023-2024 учебный год»	Зам директора по УВР
			На основании приказа от № «Об утверждении календарных учебных графиков на 2023-2024 учебный год»	Зам директора по УВР