

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Республики Тыва
Управление образования Дзун-Хемчикского кожууна
МБОУ Чыргакинская СОШ

СОГЛАСОВАНО

зам.директора по УВР

 Донгак О.М.

Протокол № 1
от « 29 » августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 4 класса

учитель: Монгуш Айрана Демир-ооловна

Чыргакы, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре для 4 класса составлена на основе:

- федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. - М.: Просвещение, 2017);
- примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 1-4классы. - М.: Просвещение, 2017 год)
- с авторской программой В.И.Лях «Физическая культура 1-4 классы». – М.: Просвещение, 2017 год.

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

- требований к результатам освоения образовательной программы начального общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программы начального общего образования по физической культуре.

Рабочая программа ориентирована на использование учебника для обучающихся 1 – 4 классов. Физическая культура. Автор В.И.Лях, Москва: Просвещение, 2017г.

Основная цель курса:

-формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья

- оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Задачи курса:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точность воспроизведения и дифференцирование пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесие, ритм, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений,

ориентирование в пространстве) и кондиционных (скоростные, скоростно-силовые, выносливость, гибкость) способностей;

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических координационных и кондиционных способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интереса к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (восприятие и представление, память, мышление и др.) в ходе двигательной деятельности.

Общая характеристика учебного курса

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Физическая культура – это обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Учебный предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня (физкультминутка, зарядка и т. п.) и второй половины дня (гимнастика, подвижные игры), внеклассной работой по физической культуре (спортивные секции, группы ОФП), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья, спортивные праздники, походы и т. п.) – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в

систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно - спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

- Письмо Минобрнауки РФ от 19.11. 2010 г. № 6842-03/30 «О введении третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся в общеобразовательных учреждениях»

Место учебного предмета (курса) в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом для образовательных учреждений РФ на изучение «Физическая культура» в 4 классе отводится 3 часа. Предмет «Физическая культура» изучается в 4 классе из расчета 3 часа в неделю, итого 102 часов. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2017 г. №889.

В МБОУ Чыргакинской СОШ рабочая программа предусматривает обучение предмета «Физическая культура» в объеме 3 часов в неделю 1 учебного года на базовом уровне.

Содержание учебного предмета «Физическая культура»

1. Естественные основы.

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

2. Социально-психологические основы.

Влияние физических упражнений, закалывающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

3. Приемы закалывания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приемы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения.

4. Подвижные игры.

. Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

5. Гимнастика с элементами акробатики.

Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

6. Легкоатлетические упражнения.

Понятия *короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость*; названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и высоту. Техника безопасности на занятиях.

Понятие *эстафета*. Команды «Старт!», «Финиш!». Понятия о темпе, длительности бега. Влияние бега на здоровье человека. Элементарные сведения о правилах соревнования в прыжках, беге и метании. Техника безопасности на уроках.

7. На материале спортивных игр.

Подвижные игры на материале футбол, баскетбол, волейбол. Элементы спортивных игр.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умений планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата, общие цели и пути их

достижения, договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих, конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умением организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, координация движений, гибкость).

Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура»

К концу учебного года обучающиеся научатся:

-по разделу «Знания о физической культуре» – выполнять организационно-методические требования, которые предъявляются на уроке физкультуры (в частности, на уроках лыжной подготовки, плавания), вести дневник самоконтроля, рассказывать о скелете, внутренних органах, мышечной и кровеносной системе человека, об органах чувств, объяснять, что такое пас и его значение для спортивных игр с мячом, что такое осанка и методы сохранения правильной осанки, что такое гигиена и правила ее соблюдения, правила закаливания, приема пищи и соблюдения питьевого режима, правила спортивной игры волейбол;

-по разделу «Гимнастика с элементами акробатики» – выполнять строевые упражнения (строиться в шеренгу, колонну, перестраиваться в одну, две и

три шеренги), выполнять разминки в движении, на месте, с мешочками, с резиновыми кольцами и кружочками, с массажными мячами, с обручами, с гимнастической палкой, с гимнастической скамейкой, на гимнастической скамейке, на матах, с мячом, разминки, направленные на развитие координации движений и гибкости, прыжковую разминку, разминку в парах, у гимнастической стенки, выполнять упражнения на внимание и равновесие, наклон вперед из положения стоя и сидя, шпагаты (прямой и продольные), отжимания, подъем туловища из положения лежа, подтягиваться на низкой перекладине из виса лежа согнувшись, запоминать временные отрезки, выполнять перекаты, кувырок вперед с места, с разбега и через препятствие, кувырок назад, проходить станции круговой тренировки, лазать и перелезать по гимнастической стенке, лазать по канату в три приема, выполнять стойку на голове и руках, мост, стойку на лопатках, висеть завесой одной и двумя ногами на перекладине, прыгать со скакалкой, через скакалку и в скакалку, прыгать в скакалку в тройках, выполнять упражнения на гимнастическом бревне, на гимнастических кольцах (вис согнувшись, вис прогнувшись, перевороты назад и вперед), лазать по наклонной гимнастической скамейке, выполнять вращение обруча;

-по разделу «Легкая атлетика» – технике высокого старта, технике метания мешочка (мяча) на дальность, пробегать дистанцию 30 м на время, выполнять челночный бег 3 x 10 м на время, прыгать в длину с места и с разбега, прыгать в высоту с прямого разбега, прыгать в высоту спиной вперед, прыгать на мячах-хопах, бросать набивной мяч (весом 1 кг) на дальность способом «снизу», «от груди», «из-за головы», правой и левой рукой, метать мяч на точность, проходить полосу препятствий;

-по разделу «Подвижные и спортивные игры» – давать пас ногами и руками, выполнять передачи мяча через волейбольную сетку различными способами, вводить мяч из-за боковой, выполнять броски и ловлю мяча различными способами, выполнять футбольные упражнения, стойке баскетболиста, ведению мяча на месте, в движении, правой и левой рукой, участвовать в эстафетах, бросать мяч в баскетбольное кольцо различными способами, играть в подвижные игры: «Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки – дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хопках», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, гандбол).

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение:

1. Библиотечный фонд:

- стандарт начального общего образования по физической культуре;
- примерные программы по учебным предметам. («Физическая культура. 1—4 классы»);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;
- методические издания по физической культуре для учителей.

2. Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- перекладина гимнастическая;
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1 кг);
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- обручи гимнастические;
- рулетка измерительная (Юм, 50 м);
- щиты с баскетбольными кольцами;
- большие мячи (резиновые, баскетбольные);
- сетка волейбольная;
- мячи средние резиновые;
- аптечка медицинская.

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре
на 4 класс**

№ п/ п	Тема урока	Колич ество часов	Дата	
			По плану	По факту
1	2	3	4	5
I четверть - 27 часов				
Знания о физической культуре			1ч	
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	03.09	
Легкая атлетика			5ч	
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	06.09	
3	Техника челночного бега	1	07.09	
4	Тестирование челночного бега 3х 10 м	1	10.09	
5	Тестирование бега на 60 м с высокого старта	1	13.09	
6	Тестирование метания мяча на дальность	1	14.09	
Подвижные и спортивные игры			1ч	
7	Техника паса в футболе	1	17.09	
Знания о физической культуре			1ч	
8	Спортивная игра «Футбол»	1	20.09	
Легкая атлетика			3ч	
9	Техника прыжка в длину с разбега	1	21.09	
10	Прыжок в длину с разбега на результат	1	24.09	
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	1	27.09	
Подвижные и спортивные игры			1ч	
12	Контрольный урок по футболу	1	28.09	
Легкая атлетика			1ч	
13	Тестирование метания малого мяча на точность	1	01.10	
Гимнастика с элементами акробатика			2ч	
14	Тестирование наклона вперед из положения стоя	1	04.10	
15	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	05.09	
Легкая атлетика			1ч	
16	Тестирование прыжка в длину с места. Входная проверочная работа.	1	08.10	
Гимнастика с элементами акробатика			2ч	
17	Тестирование подтягиваний и отжиманий	1	11.10	
18	Тестирование виса на время	1	12.10	

Подвижные и спортивные игры			9ч	
19	Броски и ловля мяча в парах	1	15.10	
20	Броски мяча в парах на точность	1	18.10	
21	Броски и ловля мяча в парах	1	19.10	
22	Броски и ловля мяча в парах у стены	1	22.10	
23	Подвижная игра «Осада города»	1	25.10	
24	Броски и ловля мяча	1	05.11	
25	Упражнения с мячом	1	08.11	
26	Ведение мяча	1	09.11	
27	Подвижные игры	1	12.11	
II четверть – 21 час. Гимнастика с элементами акробатики			2ч	
28	Гимнастика с элементами акробатики. Правила техники безопасности. Кувырок вперед	1	15.11	
29	Кувырок вперед с разбега и через препятствие	1	16.11	
Знания о физической культуре			1ч	
30	Зарядка	1	19.11	
Гимнастика с элементами акробатика			3ч	
31	Кувырок назад	1	22.11	
32	Круговая тренировка	1	23.11	
33	Стойка на голове и руках	1	26.11	
Знания о физической культуре			1ч	
34	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека	1	29.11	
Гимнастика с элементами акробатика			14ч	
35	Гимнастические упражнения	1	30.11	
36	Висы		03.12	
37	Упражнения со скакалкой	1	06.12	
38	Круговая тренировка	2	07.12 10.12	
39	Прыжки в скакалку	1	13.12	
40	Прыжки в скакалку в тройках	1	14.12	
41	Кувырок в стороны	1	17.12	
42	Круговая тренировка	1	20.12	
43	Перекаты в группировке	1	21.12	
44	Упражнения на гимнастических брусках	1	24.12	
45	Махи на гимнастических брусках	1	27.12	
46	Круговая тренировка	1	28.12	
47	Вращение обруча	1	14.01	
48	Круговая тренировка	1	17.01	
III четверть - 30 часов. Баскетбол 8 ч				
49	ТС и ТБ по разделу баскетбол. Совершенствование передачи мяча от груди.	1	18.01	
50	Совершенствование передачи от груди. Техника ведения мяча змейкой.	1	21.01	
51	Передача одной рукой от плеча на месте и в движении.	1	24.01	

	Совершенствование техники ведения мяча.			
52	КУ – техника ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча.	1	25.01	
53	КУ – техника ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча.	1	28.01	
54	КУ – техника передачи мяча. Броски по кольцу.	1	31.01	
55	КУ – техника передачи мяча. Броски по кольцу.	1	01.02	
56	Совершенствование техники бросков в кольцо. Развитие двигательных качеств по средствам СПУ баскетбола.	1	04.02	
Русская народная игра «Лапта»			4ч	
57	Русская народная игра «Лапта»	1	07.02	
58	Русская народная игра «Лапта»	1	08.02	
59	Русская народная игра «Лапта»	1	11.02	
60	Русская народная игра «Лапта»	1	14.02	
Подвижные игры			8ч	
61	Подвижная игра «Борьба за мяч»	1	15.02	
62	Подвижная игра «Антивышибалы»	1	18.02	
63	Подвижная игра «Борьба за мяч»	1	21.02	
64	Подвижная игра «Командные хвостики»	1	22.02	
65	Подвижная игра «Бросай далеко, собирай быстрее»	1	25.02	
66	Подвижная игра «Штурм»	1	28.02	
67	Подвижная игра «Гандбол»	1	01.03	
68	Подвижная игра «Будь осторожен»	1	04.03	
Т е в е к			2ч	
69	Тувинская народная игра «Тевек»	1	07.03	
70	Тувинская народная игра «Тевек»	1	08.03	
Легкая атлетика			4ч	
71	Полоса препятствий	1	11.03	
72	Усложненная полоса препятствий	1	14.03	
73	Прыжок в высоту с прямого разбега	1	15.03	
74	Прыжок в высоту способом «перешагивание»	1	18.03	
Знания о физической культуре			1ч	
75	Физкультминутка	1	21.03	
Гимнастика с элементами акробатика			3ч	
76	Знакомство с опорным прыжком	1	01.04	
77	Опорный прыжок	1	04.04	
78	Контрольный урок по опорному прыжку	1	05.04	
IV четверть – 24 часа. Подвижные и спортивные игры			5ч	
79	Броски мяча через волейбольную сетку	1	08.04	
80	Подвижная игра «Пионербол»	1	11.04	

	Итоговая проверочная работа.			
81	Упражнения с мячом	1	12.04	
82	Волейбольные упражнения	1	15.04	
83	Контрольный урок по волейболу	1	18.04	
Легкая атлетика			2ч	
84	Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы»	1	19.04	
85	Броски набивного мяча правой и левой рукой	1	22.04	
Гимнастика с элементами акробатика			2ч	
86	Тестирование вися на время	1	25.04	
87	Тестирование наклона из положения стоя	1	26.04	
Легкая атлетика			1ч	
88	Тестирование прыжка в длину с места	1	29.04	
Гимнастика с элементами акробатика			2ч	
89	Тестирование подтягиваний и отжиманий	1	02.05	
90	Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с	1	03.05	
Подвижные и спортивные игры			1ч	
91	Баскетбольные упражнения	1	06.05	
Легкая атлетика			1ч	
92	Тестирование метания малого мяча на точность	1	10.05	
Подвижные и спортивные игры			1ч	
93	Спортивная игра «Баскетбол»	1	13.05	
Легкая атлетика			4ч	
94	Беговые упражнения. Итоговая проверочная работа.	1	16.05	
95	Тестирование бега на 30 м с высокого старта	1	17.05	
96	Тестирование челночного бега 3x10м	1	20.05	
97	Тестирование метания мяча на дальность	1	23.05	
Подвижные и спортивные игры			2ч	
98	Футбольные упражнения	1	24.05	
99	Спортивная игра «Футбол»	1	27.05	
Легкая атлетика			1ч	
100	Бег на 1000 м	1	31.05	
Подвижные и спортивные игры			2ч	
101	Спортивные игры	1		
102	Подвижные и спортивные игры	1		

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки.

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки - это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предлагаемого. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжка в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки - это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

Оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе, лазанье. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высот

Входная, промежуточная и итоговая аттестация

Входная аттестация проводится в начале учебного года во второй половине сентября. Промежуточная аттестация проводится в конце каждой четверти, а итоговая аттестация проводится на основании положения о формах и периодичности и порядке промежуточной аттестации и итогового контроля.

Распределение учебных часов по разделам программы

Тема	Кол-во часов	Кол-во контрольных работ
Знания о физической культуре	5	1
Гимнастика с элементами акробатики	30	9
Легкая атлетика	23	12
Баскетбол, лапта	12	1
Тевекбол	2	0
Подвижные и спортивные игры	30	2
Общее количество часов	102	

Годовой план - график распределения учебного материала для 4 класса

п/№	Вид программного материала	Кол-во часов	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
1	Знания о физической культуре	4	3			1
2	Легкая атлетика	25	10		6	9
3	Подвижные игры и спортивные игры	30	10		10	10
4	Гимнастика с элементами акробатики	29	4	21		4
5	Баскетбол ,лапта	12			12	
6	Тевекбол	2			2	
	Всего часов:	102	27	21	30	24