

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя  
общеобразовательная школа № 1 имени Семена Соболя города Ейска  
муниципальное образование Ейский район

Утверждено  
решение педсовета, протокол № 1  
от « 31 » \_\_августа 2023 года  
Председатель педсовета  
\_\_\_\_\_ Волкова Т.Е.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**по спортивно-оздоровительному направлению**

Кружок «По тропе здоровья»

Срок реализации программы 4 года

Возраст обучающихся 7 – 11 лет

Составитель: Чеканова Марина Петровна

Рабочая программа составлена на основе программы по физической культуре В.И. Лях, -  
М.Просвещение, 2014 г.

Рабочая программа составлена на основе программы по физической культуре В.И. Лях, - М.: Просвещение, 2014 г.

В рабочей программе изменено количество часов на разделы, изучаемые учащимися, изменены название и содержание разделов с 1 по 4 класс, так как рабочая программа написана с учетом:

1. Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;

2. Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования МБОУ СОШ № 1 им. С.Соболя г. Ейска;

3. Программы формирования универсальных учебных действий МБОУ СОШ №1 Им. С.Соболя г. Ейска.

4. Природных особенностей Краснодарского края.

**Актуальность.** Данная программа представляет собой программу организации внеурочной деятельности младших школьников и состоит в том, чтобы на основе интересов и склонностей учащихся углубить знания, расширить и закрепить арсенал двигательных умений и навыков в конкретных видах спорта, достигнуть более высокого уровня развития двигательных способностей, нравственных качеств, приобщить их к регулярным занятиям спорта.

Характер физического развития как процесс изменения указанных показателей в течение жизни зависит от многих причин и определяется целым рядом закономерностей. Успешно управлять физическим развитием возможно только в том случае, если известны эти закономерности.

В последние годы проблема состояния здоровья детей школьного возраста приобрела особую актуальность. С каждым годом по статистическим данным медицинских исследований идет снижение уровня физической подготовленности, физического развития и ухудшение в целом состояния здоровья детей и подростков.

Ребенок - наше продолжение, наша любовь, вера и надежда, наш повседневный труд и тяжелая работа. Да, именно работа, ибо для здоровья ребенка надо потрудиться. Только рационально осуществляемый совместными усилиями родителей, учителей, специалистов комплекс мероприятий по укреплению здоровья средствами физической культуры, методов и способов решения воспитательных задач сбережения здоровья может помочь сохранить ребенку здоровье.

Здоровый образ жизни не занимает пока первого места в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с раннего возраста ценить, беречь и укреплять здоровье, если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: «В здоровом теле – здоровый дух», то не ошибётся тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

Данная программа реализуется на протяжении 4 лет (1-4 класс).

**Возрастная группа учащихся с 7 до 11 лет**, так как в этом возрасте у учащихся начальной школы формируются основы здорового образа жизни, происходит развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности, которое содействует всестороннему развитию личности. В этом возрасте в процессе овладения двигательной деятельности с общеразвивающей направленностью не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

В основе принципов создания программы лежит **концепция** личностного и деятельностного подходов, оптимизации и интенсификации учебно-воспитательного процесса.

**Программа составлена** Чекановой Мариной Петровной учителем физической культуры на основе программы по физической культуре 1 – 4 классов. Сост. В.И. Лях, - М.: Просвещение, 2014 г.

**Целью** рабочей программы по внеурочной деятельности является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности, освоения двигательной деятельности, приобщение учащихся к систематическим занятиям, достижение необходимого объема двигательной активности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия; содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение «школой движений»;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов 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 (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

**Сроки реализации рабочей программы** на протяжении 4 лет (1-4 класс). Возрастная характеристика группы: 7 – 11 лет. Программа рассчитана: 1 класс-33 часа (1 час в неделю), 2-4 классы по 68 часов (2 часа в неделю)

на 68 часов и предполагает как равномерное распределение этих часов по неделям и проведение еженедельных внеучебных занятий с учащимися, так и возможность организовать занятия крупными блоками – интенсивами. Интенсивами проводятся соревнования, эстафеты, спортивные праздники.

**Формы организации детского коллектива:** групповые, индивидуальные, работа в парах, экскурсии, конкурсы, спортивные мероприятия.

Занятия кружка «По тропе здоровья» проводятся как в спортивном зале (аудиторные занятия), так и вне школы (внеаудиторные занятия). 50 % всех часов данного курса отводится на проведение внеаудиторных занятий.

## 2. Тематический план.

В большинстве разделах программы выделяется время для закрепления изученных игр, связано это с повышенным интересом учащихся к подвижным играм, которые изучаются и проводятся в разделах программы.

№	Наименование разделов/тем	Всего, час	Количество часов								Характеристика деятельности обучающихся
			1 класс		2 класс		3 класс		4 класс		
			аудиторные	внеаудиторные	аудиторные	внеаудиторные	аудиторные	внеаудиторные	аудиторные	внеаудиторные	
<b>I год обучения - подвижные игры</b>											
1	Игры на координацию движений	9	-	14							Учиться устанавливать связь между целью задания и мотивом выполнения; учиться принимать и сохранять поставленную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств; учиться планировать свои действия в подвижных играх, при метании мяча с места, при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации; учиться учитывать правило в
	Закрепление игр			4							
2	Интегрированные занятия «Если хочешь быть здоровым»	7	6	4							



											самостоятельную деятельность с учетом техники безопасности, сохранности инвентаря, организации места занятия.
	<b>Итого</b>	<b>33</b>	<b>16</b>	<b>50</b>							
<b>II год обучения - ОФП</b>											

1	Подвижные игры	18			-	10				<p>Уметь устанавливать связь между целью задания и мотивом выполнения;</p> <p>уметь принимать и сохранять поставленную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств;</p> <p>уметь планировать свои действия в подвижных играх, выполнении комплексов; уметь учитывать правило в планировании и контроле способа решения; уметь адекватно воспринимать оценку своих действий сверстниками и учителем;</p> <p>уметь оценивать правильность выполнения своих действий при игре, уметь мобилизовать силы и энергию, при преодолении препятствий во время игр.</p> <p>Уметь осуществлять анализ, синтез</p>
	Закрепление игр					8				
2	Интегрированные занятия «Какой я»	14			6	8				
3	Интегрированные занятия «Олимпийские игры»	20			10	10				
4	Игры на развитие координации движений	16			-	12				

	Закрепление игр					4					и обобщение выполненных действий; уметь активно включаться в процесс выполнения заданий; уметь выражать творческое отношение предлагаемым заданиям. Уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; уметь планировать сотрудничество с учителем и сверстником в поиске и сборе информации; уметь выражать свои мысли с достаточной полнотой и точностью; уметь разрешать конфликтные ситуации, возникающие при выполнении задания; уметь составлять комплексы общеразвивающих упражнений, состоящих из двух-трех упражнений; уметь проводить подвижные игры с использованием спортивного инвентаря; организовывать самостоятельную деятельность с учетом техники безопасности, сохранности инвентаря, организации места занятия
	<b>Итого</b>	<b>68</b>			<b>16</b>	<b>52</b>					
<b>III год обучения – кружок «Сильные, смелые, ловкие»</b>											
1	Игры на повышение интереса к	18					-	12			Уметь активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах



	здоровому образу жизни										уважения и доброжелательности, уметь проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями при выполнении общеразвивающих упражнений и при игре в подвижные игры. Уметь собирать, анализировать, синтезировать и обобщать информацию. Уметь оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе занятий; излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении задания; выполнять гимнастические упражнения; организовывать самостоятельную деятельность с учетом техники безопасности, сохранности инвентаря, организации места занятия; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры, элементы соревнований.
	Закрепление игр						6				
2	Интегрированные занятия «О правильном питании»	14					6	8			
3	Интегрированные занятия «Наши главные органы»	20					10	10			
4	Игры на природе	16					-	12			
	Закрепление игр							4			

	<b>Итого</b>	<b>68</b>					<b>16</b>	<b>52</b>			
<b>IV год обучения - секция «Спортивные надежды Кубани»</b>											
1	Игры на улучшение здоровья	18							-	10	Уметь активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, уметь проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями при выполнении общеразвивающих упражнений и при игре в подвижные игры. Уметь собирать, анализировать, синтезировать и обобщать информацию. Уметь оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе занятий; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении задания; выполнять гимнастические упражнения; организовывать самостоятельную деятельность с
	Закрепление игр									8	
2	Интегрированные занятия «Я продолжаю расти»	14							6	6	Уметь оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе занятий; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении задания; выполнять гимнастические упражнения; организовывать самостоятельную деятельность с
	Закрепление игр									2	
3	Интегрированные занятия «Уважайте самих себя»	20							10	4	Уметь оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе занятий; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении задания; выполнять гимнастические упражнения; организовывать самостоятельную деятельность с
	Закрепление игр									6	
4	Игры на природе	16							-	12	Уметь оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе занятий; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении задания; выполнять гимнастические упражнения; организовывать самостоятельную деятельность с
	Закрепление игр									4	

											<p>учетом техники безопасности, сохранности инвентаря, организации места занятия; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры, элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; выполнять и подавать строевые команды, выполнять и проводить под счет строевые команды и команды перестраивания из одной шеренги и колонны в по две, три; представлять физическую культуру как средство для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовки учащихся.</p>
	<b>Итого</b>	<b>68</b>							<b>16</b>	<b>52</b>	

### 3. Содержание программы

В большинстве разделах программы выделяется время для закрепления изученных игр, связано это с повышенным интересом учащихся к подвижным играм, которые изучаются и проводятся в разделах программы.

Соревнования и спортивные праздники проводятся интенсивами.

#### 1 класс (33 ч)

**1. Игры на развитие координации движений 9 ч** из них 4 часа на закрепление игр: «Ловишка», «Салки» «К своим флажкам», «Жмурки», «Совушка». Эстафеты.

**2. Интегрированные занятия «Если хочешь быть здоров» 7 ч** из них 2 час на закрепление игр: беседа «Утренняя гимнастика», игра «Успей убежать», беседа «Режим дня», игра «Не попадись», беседа «Забота о коже», игра «Кого называли, тот и ловит», беседа «Физкультминутки» и игра «Воробьи и кошка». Соревнования «Если хочешь быть здоровым...».

**3. Интегрированные занятия «Учимся следить за собой» 10 ч:** беседа «Личная гигиена», игра «Дедушка и детки», беседа «Моя красивая осанка», игра «Охотник и зайцы», беседа «Как я одеваюсь», игра «Белые медведи», беседа «Моя походка», игра «Переноска арбузов», беседа «Уход за руками и ногами», соревнования «Веселые старты».

**4. Игры на развитие ловкости 7 ч** из них 4 часа на закрепление игр: «Будь ловким», «Хитрая лиса», «Медведи и пчелы», «Охотники и утки». Подготовка к спортивному празднику : разучивание спортивных речевок, рисование плакатов со спортивной тематикой. Спортивный праздник «Кто любит спорт, тот здоров и бодр»

#### 2 класс (68ч)

**1. Подвижные игры 18 ч** из них 8 часов на закрепление игр: «Колдун», «Два Медведя», «Воробьи – вороны», «Салки», «Совушка», «Пустое место», «Ручеек», «Гуси-лебеди». Эстафеты.

**2. Интегрированные занятия «Какой я» 14 ч:** беседа «Какой я был», игра «Пчелы и медведи», беседа «Чем я отличаюсь от взрослого», игра «Горелки», беседа «Моё настроение», игра «День ночь», «Белые медведи», беседа «Из чего я сделан », игра «Перемена мест». Эстафеты.

**3. Интегрированные занятия «Олимпийские игры» 20 ч:** беседа «Возникновение первых соревнований», игра «Снежки», беседа «Зарождение Олимпийских игр», игра «Волки во рву», беседа «Игры в Древней Руси», игра «Салки», беседа «Кубанские подвижные игры», игра «Удочка», беседа «Олимпийские чемпионы столетия», игра «Перестрелка», соревнования «А ну-ка мальчики».

**4. Игры на развитие координации движений 16 ч** из них 4 часа на закрепление игр: игра «Чай чай, выручай», игра «Космонавты», игра «Перебежки», игра «Сбей городок», спортивный праздник «В здоровом теле - здоровый дух».

#### 3 класс (68 ч)

**1. Игры на повышение интереса к здоровому образу жизни 18 ч** из них 6 ч на повторение: «Охотник и утки», «Рыбаки и рыбки», «Тише едешь, дальше будешь», «Запрещенное движение», игра «Ручеек», игра «Кто дальше бросит?», игра «Мяч на полу», игра «Метко в цель» «Эстафеты зверей».

**2. Интегрированные занятия «О правильном питании» 14 ч:** беседа «Полезная пища», игра «Пионербол», беседа «Вредная пища», игра «Достань мяч», беседа

«Овощи. Блюда из овощей», игра «Белые медведи», беседа «Фрукты. Мой любимый сок», игра «Охотники и лайки», соревнования « Самый ловкий, сильный, быстрый»

**3. Интегрированные занятия «Наши главные органы» 20 ч** из них 2 ч на закрепление игр: беседа «Как я чищу зубы», игра «Бой петухов», беседа «Мой нос-это фильтр, печка и сторожевой пост», игра «Мяч в воздухе», беседа «Аптечка на кухне», игра «Воробьи и кошка», беседа «Почки – фильтр крови», игра «Воробьи и вороны», беседа «Наше здоровье в наших руках», игра «Мяч водящему», эстафеты.

**4. Игры на природе 16 ч** из них 4 часа на закрепление игр: «Зайчики», «Прыгуны», «Один в круге», «Рыбная ловля», игра «Альпинисты», игра «Медвежонок», игра « Пузырь». Подготовка к спортивному празднику: рисование плакатов со спортивной тематикой, разучивание девизов. Спортивный праздник «Кто любит спорт, тот здоров и бодр».

#### **4 класс (68 ч)**

**1. Игры на улучшение здоровья 18 ч** из них 8 ч на закрепление игр: «Охотник и собака», «Поймай дракона за хвост», «Хромой цыпленок», «Человек, ружье, тигр», «Чужеземцы», « Петушиный бой», игра «Снайперы», «Ловкие и меткие», эстафеты «Сильные, ловкие».

**2. Интегрированные занятия «Я продолжаю расти» 14 ч** из них 2 часа на закрепление игр: беседа «Не ладно скроен, да крепко сшит», игра «Метательная лапта», беседа «Что девочкам нужно знать о мальчиках, а мальчикам о девочках», игра «Перестрелка», беседа «Вредные привычки», игра «Вызов номеров», беседа «Закаливание организма», игра «Два мороза», соревнования « Самые спортивные».

**3. Интегрированные занятия «Уважайте самих себя» 20 ч** из них 3 часа на закрепление игр: беседа «Каждый человек достоин уважения», игра «День и ночь», беседа «Что значит — уважать чье-то мнение, чьи-то мысли? Чье мнение и чьи мысли вы уважаете?», игра «Перемена мест», беседа «Чувствуете ли вы, когда вас уважают, и в чем это выражается?», беседа «Драться или не драться», игра «Пятнашки», игра «Ящерица», беседа «Кого в своей семье вы больше всего уважаете и за что? », игра «Перебежки с выручкой», игра « Старт после броска», эстафеты по кругу.

**4. Игры на природе 16 ч** из них 4 часа на закрепление: «Охрана сокровища», «Чехарда», «Лапта», «Третий лишний». Подготовка к спортивному празднику: рисование плакатов на спортивную тематику. Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья».

#### **4. Предполагаемые результаты реализации программы.**

##### **Первый уровень**

В результате освоения программного материала учащиеся 1 класса должны:

##### **иметь представление:**

- о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
- о способах изменения направления и скорости движения;
- о режиме дня и личной гигиене;
- о правилах составления комплексов утренней зарядки;

##### **уметь:**

- выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
- играть в подвижные игры;
- проводить подвижные игры со своими сверстниками.

## **Второй уровень**

учащиеся 2 -3 классов должны:

иметь представление:

- о зарождении древних Олимпийских игр;
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах составления меню рационального меню;
- об оказании первой помощи при травмах и ушибах;

иметь представление:

- о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
- о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
- об особенностях игры в «Пионербол»;

уметь:

составлять комплексы общеразвивающих упражнений, состоящих из 2-3 упражнений;  
проводить подвижные игры с использованием спортивного инвентаря(скакалки, мячи, обручи) и оборудованием;  
использовать полученные знания на других уроках

## **Третий уровень**

учащиеся 4 класса должны:

знать и иметь представление:

- о физической подготовке и ее связи с развитием физических качеств, систем дыхания и кровообращения;
- о физической нагрузке и способах ее регулирования;
- о причинах возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактике травматизма;
- о процедурах закаливания организма

уметь:

перестраиваться из одной шеренги и колонны по 2, по 3;  
владеть навыками основных циклических движений: бег, передвижение;  
выполнять гимнастические упражнения;  
метать мяч.

### **5. Формы и виды контроля.**

Соревнования, эстафеты, спортивные праздники, конкурс рисунков, конкурс плакатов, устные сообщения.

### **6. Методические рекомендации**

Программа занятий спортивно – оздоровительного направления «По тропе здоровья» составлена с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей детей. Работа с детьми строится на основе уважительного, искреннего и тактичного отношения к личности ребенка. В педагогической деятельности следует исходить из концепции педагогического сотрудничества:

- уважать личность ребенка, его позицию;
- принять ребенка таким, каков он есть, в его своеобразии и индивидуальности;
- отмечать достоинства каждого ребенка;

- не навязывать свои мысли ребенку, а высказывать суждения, не приказывать, а советовать: вести ребенка к самоанализу, к рефлексии;
- проявлять искренний интерес к словам ребенка, его переживаниям, слушать и понимать его.

Каждое занятие кружка «По тропе здоровья» является звеном системы уроков, связанных на приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни, формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом, приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия.

Важным требованием программы является воспитание нравственных и волевых качеств учащихся (дисциплинированности, доброжелательности, честности, смелости во время выполнения различных заданий).

Младший школьный возраст благоприятен для развития всех координационных способностей. Однако особое внимание следует уделять всестороннему развитию координационных способностей, скоростных (реакции и частоты движений), скоростно-силовых способностей, выносливости к умеренным нагрузкам. Проводить инструктаж по технике безопасности, формируя социальный опыт. Использовать методы поощрения и доводить до сведения родителей динамику развития.

Особенность младших школьников – их большое желание учиться, интерес, познавательная активность, высокая эмоциональность во время занятий. Это необходимо использовать на занятиях.

## 7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1. Библиотечный фонд</b>		
1.1 Литература для учителя		
1.	Комплексная программа физического воспитания 1-4 классов. Сост. В.И. Лях, А.А Зданевич изд., М., Просвещение 2010г. А.А Зданевич, Москва «Просвещение» 2010 год	2
2.	Твой друг – физкультура». 1-4 классы В.И. Лях – Просвещение, 2007 год	1
3.	Э. Найминева «Физкультура» Методика преподавания. Спортивные игры. Ростов-на-Дону «Феникс», 2001 год	1
1.2 Литература для учащихся		
1.	Физическая культура. Учебник для 1-4 классов под редакцией В.И Ляха – М., Просвещение 2011 г., 12 изд.	1
<b>1. Оборудование спортивного зала и спортивной площадки</b>		
1.	Спортивный зал: баскетбольная площадка, волейбольная площадка, маты, спортивные снаряды, шведская стенка,	

	переносные щиты для метания, съемная перекладина, футбольные мячи, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, мячи для метания, скакалки, обручи, эстафетная дорожка.	
2.	Спортивная площадка - баскетбольная площадка, волейбольная площадка, беговые дорожки, гимнастический городок.	
<b>3. Технические средства обучения</b>		
1.	Компьютер	1
<b>4. Игры и игрушки</b>		
1.	Настольные игры	В наличии

### 8. Список используемой литературы:

Комплексная программа физического воспитания 1-4 классов. Сост. В.И. Лях, Просвещение 2014г.
Твой друг – физкультура». 1-4 классы В.И. Лях – Просвещение, 2007 год
Э. Найминева «Физкультура» Методика преподавания. Спортивные игры. Ростов-на-Дону «Феникс», 2001 год
Физическая культура. Учебник для 1-4 классов под редакцией В.И Ляха – М., Просвещение 2011 г., 12 изд.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического объединения учителей

физической культуры

от « 31 » 08 2023года № 1

Руководитель МО \_\_\_\_\_/М.Г.Еременко/

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_ / Е.А.Романова/

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2023г.