

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

с. Дубровское

«Рассмотрено»

«Утверждаю»

Руководитель РМО

классу 1 Сембаев И.Р.

Протокол № 1

от «26» 08 2022 г.



Приказ от 31.08.2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

физическая культура

Класс 2-4

с. Дубровское, 2022

Пояснительная записка

1. Рабочая программа учебного курса по физической культуре составлена на основе примерной программы начального общего образования в 1-4 классах автора Матвеева А.П.

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Знания о физической культуре

Ученик научится:

– ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

– раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

– ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

– характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Способы физкультурной деятельности

Ученик научится:

– отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

– организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

– измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Физическое совершенствование

Ученик научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы; – выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма); – выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

2 класс, автор Матвеев А.П.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

– готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

– овладение 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 психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

– овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

– формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

– взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

– выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

– выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

По окончании начальной школы учащиеся научатся :

– планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

– излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

– использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

– измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;

– оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

– организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

– соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

3 класс, автор Матвеев А.П.

Личностные результаты.

- Развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение роли обучающегося
- Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
- 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 её осуществления
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата
- Определение общей цели и пути её достижения; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих
- Овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями

Предметные результаты.

- Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека

- Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и тд.)
- Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок и показателями развития основных физических качеств.

Учащиеся должны знать:

- Об истории и особенностях зарождения и развития физической культуры и спорта
- О способах и особенностях движений, передвижений
- О работе мышц, систем дыхания, кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля над деятельностью этих систем
- О терминологии разучиваемых упражнений, их функциональном смысле и направленности воздействия на организм
- Об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур, профилактике нарушений осанки
- О причинах травматизма на занятиях физической культуры

Учащиеся должны:

- Знать правила техники безопасности по основным разделам программы (легкая атлетика, гимнастика, подвижные игры на основе баскетбола)
- Выполнять комплексы на развитие координации, гибкости, силы, скорости
- Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать 30, 60м, знать понятия: «дистанция», «старт», «финиш», «эстафета»
- Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках, правильно приземляться на две ноги, прыгать в длину с места и с разбега
- Уметь правильно выполнять основные движения в метаниях различными способами, метать мяч в цель и в даль
- Уметь правильно выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации
- Уметь выполнять висы и подтягивания в висе, висы и упоры
- Уметь лазать по гимнастической стенке, выполнять опорный прыжок
- Уметь бегать в равномерном темпе и чередовать ходьбу с бегом
- Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием
- Уметь владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр, играть в мини-баскетбол
- Взаимодействовать с одноклассниками в процессе занятий физической культурой.

4 класс, автор Матвеев А.П.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение 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 психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о

физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;

- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

Планируемые результаты

Учащиеся должны уметь:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;

- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;

- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;

- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;

- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;

- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

II. Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре

Физическая культура. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря

Из истории физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Самостоятельные игры и развлечения. Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, поворот в положение лёжа на

животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперёд ноги.

Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла. Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание. Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Подвижные и спортивные игры.

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Подвижные игры разных народов

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи

поочерёдно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

На материале лёгкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочерёдно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15—20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1—2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперед (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух-трех шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

2 класс, автор, Матвеева А.П.

Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. Оказание первой помощи при легких травмах. Закаливание.

Способы физкультурной деятельности. Наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью.

Физическое совершенствование. Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения и комбинации. Упражнения на низкой гимнастической перекладине, гимнастические комбинации. Техника выполнения комбинаций на гимнастической перекладине.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Техника старта и финиширования. Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту. Техника выполнения.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах. Техника выполнения одновременного одношажного хода.

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжных гонок. Подвижные игры разных народов. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.

Спортивные игры. Футбол. Баскетбол. Волейбол.

3 класс, автор, Матвеева А.П.

Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. Как измерить физическую нагрузку. Закаливание – обливание, душ.

Способы физкультурной деятельности. Подвижные игры для освоения спортивных игр. Подвижные игры для освоения игры в баскетбол. Подвижные игры для освоения игры в футбол. Закаливание. Физические упражнения. Физическое развитие и физические качества человека. Игры и занятия в зимнее время года.

Физическое совершенствование. Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения. Кувырки вперед и назад, гимнастический мост, прыжки со скакалкой. Лазанье по канату. Упражнения на гимнастическом бревне. Передвижения по гимнастической стенке и скамейке. Преодоление полосы препятствий.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту и длину. Броски большого мяча. Метание малого мяча. Правила простейших соревнований.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах. Повороты.

Спортивные игры. Футбол. Баскетбол. Волейбол.

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжных гонок. Подвижные игры разных народов.

4 класс, автор, Матвеева А.П.

Знания о физической культуре. Из истории физической культуры. Оказание первой помощи при легких травмах. Закаливание.

Способы физкультурной деятельности. Наблюдения за своим физическим развитием и физической подготовленностью.

Физическое совершенствование. Комплексы упражнений утренней зарядки. Упражнения и подвижные игры с мячом.

Гимнастика с основами акробатики. Акробатические упражнения и комбинации. Опорный прыжок через гимнастического козла, упражнения на низкой гимнастической перекладине, гимнастические комбинации. Техника выполнения комбинаций на гимнастической перекладине.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Техника старта и финиширования. Прыжковые упражнения. Прыжки в высоту. Техника выполнения.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах. Техника выполнения одновременного одношажного хода.

Подвижные игры. На материале гимнастики с основами акробатики. На материале легкой атлетики. На материале лыжных гонок. Подвижные игры разных народов. Самостоятельная организация и проведение подвижных игр.

Спортивные игры.

Футбол. Удары по мячу. Остановка мяча. Ведение мяча по прямой. Ведение мяча змейкой. Ведение мяча с ударом по мячу. Футбол без правил.

Баскетбол.

Волейбол на основе пионербола.

III. Тематическое планирование

2 класс – 102 часа автор Матвеев А.П.

№ урока	Тема урока	Корректировка
Знания о физической культуре-6 часов		
1	Физическая культура и её история.	
2	Особенности физической культуры разных народов. Связь с трудовой деятельностью.	
3	Измерение физической нагрузки.	
4	Физическое развитие и физические качества	
5	Оказание первой помощи при лёгких травмах.	
6	Закаливание	
Лёгкая атлетика-8 часов		
7	Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Основные движения ходьбы и бега.	
8	Бег с ускорением 30, 60 м.	
9	Основные движения в прыжках. Прыжок с места..	
10	Техника прыжка с поворотом, в длину.	
11	Техника прыжка с высоты	
12	Основные движения в метании	
13	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4–5 м.	

14	Метание на дальность –.	
	Кроссовая подготовка-6 часов	
15	Бег по пересеченной местности.	
16	Преодоление препятствий	
17	Преодоление малых препятствий.	
18	Беговые упражнения для развития выносливости	
19	Игры на выносливость. Тестирование по легкой атлетике, кроссовой подготовке..	
20	Упражнения для развития скоростных качеств. Кросс 1 км.	
Футбол-6 часов		
21	Техника безопасности на уроках по спортивным играм. История футбола.	
22	Удар по катящему и неподвижному мячу.	
23	Остановка мяча	
24	Остановка мяча	
25	Ведение мяча	
26	Подвижные игры для развития игры в футбол. Теоретическое тестирование по футболу.	
Подвижные игры на основе баскетбола-9 часов		
27	История возникновения игры в баскетбол.	
28	Ловля и передача мяча на месте	
29	Ловля и передача мяча в движении	
30	Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	
31	Броски от груди с места	
32	Ведение по прямой	
33	Ведение змейкой	
34	Ведение мяча с изменением направления	
35	Тестирование по баскетболу. – броска по кольцу, ведения.	
Проектная деятельность на основе подвижных игр и веселых стартов		
36	Веселые старты как вид проектной деятельности	
37	Виды эстафет и их судейство	
38	Распределение на судей и участников	
39	Заполнение заявки и оформление афиши	
40	Проведение «Веселых стартов»	
Лыжная подготовка-10 часов		
41	Техника безопасности на уроках по лыжам. Значение занятий на лыжах.	
42	Скольльзящий шаг.	
43	Попеременный двухшажный ход без палок.	
44	Попеременный двухшажный ход	
45	Подъем ступающим шагом.	
46	Одновременный безшажный ход	

47	Одновременный одношажный ход	
48	Спуск в высокой стойке. Подъем	
49	Спуск в низкой стойке. Подъем	
50	Лыжные гонки эстафеты. Прохождение дистанции 1000 метров	
Гимнастика-16 часов		
51	Техника безопасности по гимнастике.	
52	Кувырок вперед, назад	
53	Мост.	
54	Мост с помощью и без помощи	
55	Кувырок назад	
56	Перекаты	
57	Стойка на лопатках	
58	Выполнение комбинации из разученных элементов	
59	Выполнение комбинации из разученных элементов..	
60	Строевые упражнения. Вис на согнутых руках.	
61	Поднимание согнутых и прямых ног в висе.	
62	Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	
63	Вис прогнувшись. Подтягивание в висе. Зачёт.	
64	Лаз по лестнице разным способом.	
65	Перелезание через препятствие.	
66	Упражнения в равновесии.	
Подвижные игры на основе баскетбола, волейбола-13 часов		
67	Бросок мяча снизу на месте в щит.	
68	Ловля мяча на месте.	
69	Передача мяча снизу на месте.	
70	Эстафеты с мячами.	
71	Ведение мяча на месте.	
72	Ведение мяча змейкой.	
73	Передвижения приставными шагами	
74	История волейбола, пионербола.	
75	Подбрасывание мяча на заданную высоту	
76	Подбрасывание мяча на заданную высоту	
77	Прямая подача мяча способом снизу	
78	Подача мяча способом сбоку	
79	Передача мяча. Теоретическое тестирование по баскетболу, волейболу	
Футбол-6 часов		
80	Удары по мячу.	
81	Остановка мяча	
82	Ведение мяча по прямой	
83	Ведение мяча змейкой	

84	Ведение мяча с ударом по мячу	
85	Футбол без правил.	
	Кроссовая подготовка-9 часов	
86	Бег по пересеченной местности.	
87	Бег в равномерном темпе	
88	Бег в равномерном темпе с чередованием ходьбы	
89	Развитие выносливости	
90	Упражнения для развития выносливости.	
91	Развитие выносливости в беге	
92	Бег в равномерном темпе с чередованием ходьбы	
93	Беговые упражнения на выносливость	
94	Кросс 1 км..	
	Лёгкая атлетика-8 часов	
95	Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений	
96	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег с ускорением 30/60 м..	
97	Техника прыжка в длину	
98	Техника прыжка в высоту	
99	Метание малого мяча в цель (2*2) с 4-5 метров. ОРУ.	
100	Броски набивного мяча из разных положений.	
101	Прыжки в длину с места, с разбега. Метание.	
102	Итоговое теоретическое тестирование по физической культуре.	

3 класс – 102 часа автор Матвеев А.П.

№ урока	Тема урока	Корректировка
	Знания о физической культуре-6 часов	
1	Техника безопасности на уроках физкультуры. Физическая культура.	
2	Олимпиада и олимпийское движение.	
3	Измерение физической нагрузки.	
4	Физическое развитие и физические качества	
5	Оказание первой помощи при лёгких травмах.	
6	Закаливание	
	Лёгкая атлетика-8 часов	
7	Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Основные движения ходьбы и бега.	
8	Бег с ускорением 30, 60 м..	
9	Основные движения в прыжках. Прыжок с места..	

10	Техника прыжка с поворотом, в длину.	
11	Техника прыжка с высоты	
12	Основные движения в метании	
13	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4–5 м.	
14	Метание на дальность.	
	Кроссовая подготовка-6 часов	
15	Бег по пересеченной местности.	
16	Преодоление препятствий	
17	Преодоление малых препятствий.	
18	Беговые упражнения для развития выносливости	
19	Игры на выносливость. Теоретическое тестирование по легкой атлетике, кроссовой подготовке..	
20	Упражнения для развития скоростных качеств. Кросс 1 км.	
	Футбол-6 часов	
21	Техника безопасности на уроках по спортивным играм .История футбола.	
22	Удар по катящему и неподвижному мячу.	
23	Остановка мяча	
24	Остановка мяча	
25	Ведение мяча	
26	Подвижные игры для развития игры в футбол. Теоретическое тестирование по футболу.	
	Подвижные игры на основе баскетбола-9 часов	
27	История возникновения игры в баскетбол.	
28	Ловля и передача мяча на месте	
29	Ловля и передача мяча в движении	
30	Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	
31	Броски от груди с места	
32	Ведение по прямой	
33	Ведение змейкой	
34	Ведение мяча с изменением направления	
35	Теоретическое тестирование по баскетболу, волейболу.– броска по кольцу, ведения.	
	Проектная деятельность на основе подвижных игр и веселых стартов	
36	Веселые старты как вид проектной деятельности	
37	Виды эстафет и их судейство	
38	Распределение на судей и участников	
39	Заполнение заявки и оформление афиши	
40	Проведение «Веселых стартов»	
	Лыжная подготовка-10 часов	
41	Техника безопасности на уроках по лыжам. Значение	

	занятий на лыжах.	
42	Попеременный двухшажный ход	
43	Подъем ступающим шагом.	
44	Спуск в высокой стойке.	
45	Спуск в низкой стойке.	
46	Спуск, подъём..	
47	Одновременный безшажный ход	
48	Одновременный одношажный ход	
49	Одновременный двухшажный ход	
50	Лыжные гонки 1000 м..	
	Гимнастика-16 часов	
51	Техника безопасности по гимнастике.	
52	Кувырок вперед, назад	
53	Мост.	
54	Мост с помощью и без помощи	
55	Кувырок назад	
56	Перекаты	
57	Стойка на лопатках	
58	Выполнение комбинации из разученных элементов	
59	Выполнение комбинации из разученных элементов.	
60	Строевые упражнения. Вис на согнутых руках.	
61	Поднимание согнутых и прямых ног в висе.	
62	Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	
63	Вис прогнувшись. Подтягивание в висе. Зачёт.	
64	Лаз по лестнице разным способом.	
65	Перелезание через препятствие.	
66	Упражнения в равновесии.	
	Подвижные игры на основе баскетбола, волейбола-13 часов	
67	Бросок мяча снизу на месте в щит.	
68	Ловля мяча на месте.	
69	Передача мяча снизу на месте.	
70	Эстафеты с мячами.	
71	Ведение мяча на месте.	
72	Ведение мяча змейкой.	
73	Передвижения приставными шагами	
74	История волейбола, пионербола.	
75	Подбрасывание мяча на заданную высоту	
76	Подбрасывание мяча на заданную высоту	
77	Прямая подача мяча способом снизу	
78	Подача мяча способом сбоку	
79	Передача мяча	
	Футбол-6 часов	

80	Удары по мячу.	
81	Остановка мяча	
82	Ведение мяча по прямой	
83	Ведение мяча змейкой	
84	Ведение мяча с ударом по мячу	
85	Футбол без правил.	
	Кроссовая подготовка-9 часов	
86	Бег по пересеченной местности.	
87	Бег в равномерном темпе	
88	Бег в равномерном темпе с чередованием ходьбы	
89	Развитие выносливости	
90	Упражнения для развития выносливости.	
91	Развитие выносливости в беге	
92	Бег в равномерном темпе с чередованием ходьбы	
93	Беговые упражнения на выносливость	
94	Кросс 1 км.	
	Лёгкая атлетика-8 часов	
95	Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений	
96	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег с ускорением 30/60 м.	
97	Техника прыжка в длину	
98	Техника прыжка в высоту	
99	Метание малого мяча в цель (2*2) с 4-5 метров. ОРУ.	
100	Броски набивного мяча из разных положений.	
101	Прыжка в длину с места, с разбега. Метание.	
102	Итоговое теоретическое тестирование по физической культуре.	

4 класс – 102 часа автор Матвеев А.П.

№ урока	Тема урока	Корректировка
	Знания о физической культуре-6 часов	
1	Техника безопасности на уроках физкультуры. Физическая культура.	
2	Олимпиада и олимпийское движение.	
3	Измерение физической нагрузки.	
4	Физическое развитие и физические качества	
5	Оказание первой помощи при лёгких травмах.	
6	Закаливание	
	Лёгкая атлетика-8 часов	
7	Техника безопасности на уроках по лёгкой атлетике.	

	Основные движения ходьбы и бега.	
8	Бег с ускорением 30, 60 м..	
9	Основные движения в прыжках. Прыжок с места..	
10	Техника прыжка с поворотом, в длину.	
11	Техника прыжка с высоты	
12	Основные движения в метании	
13	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4–5 м.	
14	Метание на дальность.	
	Кроссовая подготовка-6 часов	
15	Бег по пересеченной местности.	
16	Преодоление препятствий	
17	Преодоление малых препятствий.	
18	Беговые упражнения для развития выносливости	
19	Игры на выносливость. Теоретическое тестирование по легкой атлетике, кроссовой подготовке..	
20	Упражнения для развития скоростных качеств. Кросс 1 км.	
	Футбол-6 часов	
21	Техника безопасности на уроках по спортивным играм .История футбола.	
22	Удар по катящему и неподвижному мячу.	
23	Остановка мяча	
24	Остановка мяча	
25	Ведение мяча	
26	Подвижные игры для развития игры в футбол. Теоретическое тестирование по футболу.	
	Подвижные игры на основе баскетбола-9 часов	
27	История возникновения игры в баскетбол.	
28	Ловля и передача мяча на месте	
29	Ловля и передача мяча в движении	
30	Броски в цель (кольцо, щит, мишень).	
31	Броски от груди с места	
32	Ведение по прямой	
33	Ведение змейкой	
34	Ведение мяча с изменением направления	
35	Теоретическое тестирование по баскетболу, волейболу.– броска по кольцу, ведения.	
	Проектная деятельность на основе подвижных игр и веселых стартов	
36	Веселые старты как вид проектной деятельности	
37	Виды эстафет и их судейство	
38	Распределение на судей и участников	
39	Заполнение заявки и оформление афиши	

40	Проведение «Веселых стартов»	
	Лыжная подготовка-10 часов	
41	Техника безопасности на уроках по лыжам. Значение занятий на лыжах.	
42	Попеременный двухшажный ход	
43	Подъем ступающим шагом.	
44	Спуск в высокой стойке.	
45	Спуск в низкой стойке.	
46	Спуск, подъём..	
47	Одновременный безшажный ход	
48	Одновременный одношажный ход	
49	Одновременный двухшажный ход	
50	Лыжные гонки 1000 м..	
	Гимнастика-16 часов	
51	Техника безопасности по гимнастике.	
52	Кувырок вперед, назад	
53	Мост.	
54	Мост с помощью и без помощи	
55	Кувырок назад	
56	Перекаты	
57	Стойка на лопатках	
58	Выполнение комбинации из разученных элементов	
59	Выполнение комбинации из разученных элементов.	
60	Строевые упражнения. Вис на согнутых руках.	
61	Поднимание согнутых и прямых ног в висе.	
62	Вис на согнутых руках. Подтягивание в висе.	
63	Вис прогнувшись. Подтягивание в висе. Зачёт.	
64	Лаз по лестнице разным способом.	
65	Перелезание через препятствие.	
66	Упражнения в равновесии.	
	Подвижные игры на основе баскетбола, волейбола-13 часов	
67	Бросок мяча снизу на месте в щит.	
68	Ловля мяча на месте.	
69	Передача мяча снизу на месте.	
70	Эстафеты с мячами.	
71	Ведение мяча на месте.	
72	Ведение мяча змейкой.	
73	Передвижения приставными шагами	
74	История волейбола, пионербола.	
75	Подбрасывание мяча на заданную высоту	
76	Подбрасывание мяча на заданную высоту	
77	Прямая подача мяча способом снизу	

78	Подача мяча способом сбоку	
79	Передача мяча	
	Футбол-6 часов	
80	Удары по мячу.	
81	Остановка мяча	
82	Ведение мяча по прямой	
83	Ведение мяча змейкой	
84	Ведение мяча с ударом по мячу	
85	Футбол без правил.	
	Кроссовая подготовка-9 часов	
86	Бег по пересеченной местности.	
87	Бег в равномерном темпе	
88	Бег в равномерном темпе с чередованием ходьбы	
89	Развитие выносливости	
90	Упражнения для развития выносливости.	
91	Развитие выносливости в беге	
92	Бег в равномерном темпе с чередованием ходьбы	
93	Беговые упражнения на выносливость	
94	Кросс 1 км.	
	Лёгкая атлетика-8 часов	
95	Эмоции и регулирование их в процессе выполнения физических упражнений	
96	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Бег с ускорением 30/60 м.	
97	Техника прыжка в длину	
98	Техника прыжка в высоту	
99	Метание малого мяча в цель (2*2) с 4-5 метров. ОРУ.	
100	Броски набивного мяча из разных положений.	
101	Прыжка в длину с места, с разбега. Метание.	
102	Итоговое теоретическое тестирование по физической культуре.	

IV Система КИМ-ов освоения учебного предмета, система оценки достижений обучающихся.

Состоит из оценки показателей физической подготовленности на начало и конец учебного года и из итоговой контрольной работы за курс в конце учебного года.

1. Учебные нормативы по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств

2 класс.

№ п/п	Нормативы; испытания.		2 - класс		
			"5"	"4"	"3"
1	Бег 30 м (сек.)	м	5,4	7.0	7,1
		д	5.6	7.2	7,3
2	Бег 1000 м (мин, сек.)	м	+	+	+
		д	+	+	+
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	м	9.1	10.0	10.4
		д	9.7	10.7	11.2

4	Прыжок в длину с места (см)	м	165	125	110
		д	155	125	100
5	Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см)	м	80	75	70
		д	70	65	60
6	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	70	60	50
		д	80	70	60
7	Бег 60 м. (сек.).	м	10	8	6
		д	8	6	4
8	Подтягивания (кол-во раз)	м	4	2	1
9	Метание т/м (м)	м	15	12	10
		д	12	10	8

10	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	м	23	21	19
		д	28	26	24
11	Приседания (кол-во раз/мин)	м	40	38	36
		д	38	36	34
12	Многоскоки- 8 прыжков м.	м	12	10	8
		д	12	10	8
13	Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз).	м	2	3	1
		д	4	2	1

+ - без учёта

3 класс.



№ п/п	Нормативы; испытания.		3 класс		
			"5"	"4"	"3"
1	Бег 30 м (сек.)	м	5,1	6,7	6,8
		д	5,3	6,9	7,0
2	Бег 1000 м (мин, сек.)	м	+	+	+
		д	+	+	+
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	м	8.8	9.9	10.2
		д	9.3	10.3	10.8

4	Прыжок в длину с места (см)	м	175	130	120
		д	160	135	110
5	Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см)	м	85	80	75
		д	75	70	65
6	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	80	70	60
		д	90	80	70
7	Бег 60 м. (сек.).	м	13	10	7
		д	10	7	5
8	Подтягивания (кол-во раз)	м	5	3	1
9	Метание т/м (м)	м	18	15	12
		д	15	12	10

10	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	м	25	23	21
		д	30	28	26
11	Приседания (кол-во раз/мин)	м	42	40	38
		д	40	38	36
12	Многоскоки- 8 прыжков м.	м	13	11	9
		д	13	11	9
13	Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз).	м	6	4	2
		д	5	3	1

+ - без учёта

4 класс.

№ п/п	Нормативы; испытания.		4 класс		
			"5"	"4"	"3"
1	Бег 30 м (сек.)	м	5,0	6,5	6,6
		д	5,2	6,5	6,6
2	Бег 1000 м (мин, сек.)	м	5.50	6.10	6.50
		д	6.10	6.30	6.50
3	Челночный бег 3x10 м (сек.)	м	8.6	9.5	9.9
		д	9.1	10.0	10.4
4	Прыжок в длину с места (см)	м	185	140	130
		д	170	140	120
5	Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см)	м	90	85	80
		д	80	75	70
6	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	90	80	70
		д	100	90	80
7	Бег 60 м. (сек.).	м	16	14	12
		д	14	11	8
8	Подтягивания (кол-во раз)	м	5	3	1
9	Метание т/м (м)	м	21	18	15
		д	18	15	12
10	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	м	28	25	23
		д	33	30	28
11	Приседания (кол-во раз/мин)	м	44	42	40
		д	42	40	38
12	Многоскоки- 8 прыжков м.	м	15	14	13
		д	14	13	12
13	Пистолеты, с опорой на одну руку, на правой и левой ноге (кол-во раз).	м	7	5	3
		д	6	4	2

2. Итоговые контрольные работы за курс 2 – 4 класса

Итоговая контрольная работа по физической культуре за курс 2 класса

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний школьников 2 классов по предмету «Физическая культура».

Задания состоят из двух частей

1 часть - тестирование, то есть с предложенными вариантами ответов.

Если Вы выбрали ответ «а», «б», «в» или «г», то в бланке ответов поставьте знак КРЕСТИК в квадрате.

2 часть – ответить на вопрос, перечислить все варианты ответов которые знаете.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно будет вернуться к пропущенным заданиям.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Оценка за выполнения заданий:

Первая часть оценивается в 1 балл за правильный ответ. Вопросы с 1 по 15 (15 баллов).

Вторая часть оценивается в 5 баллов (за каждое перечисление по 1 баллу, но не более 5).

Всего за работу можно набрать 20 баллов

Оценка «5» - 15-20 баллов

Оценка «4» - 11-15 балла

Оценка «3» - 7-10 баллов

Оценка «2» - менее 7 баллов

Время на выполнение работы 40 минут.

Желаем успеха!

1 часть Тест

Выбрать правильный ответ из нескольких представленных вариантов

- 1. С чего начинается выполнение упражнения?**
 - а) Исходное положение
 - б) Основная стойка
 - в) Руки на поясе
 - г) Ноги на ширине плеч
- 2. С чего начинается урок по физической культуре?**
 - а) С приветствия
 - б) С игры в вышибалы
 - в) С построения в одну шеренгу
 - г) С построения в одну колонну
- 3. Как правильно перестраиваться в две шеренги?**
 - а) Вторые номера на месте, первые шаг вперед, шаг влево
 - б) Первые номера на месте, вторые шаг назад
 - в) Первые номера на месте, вторые шаг назад, шаг влево
 - г) Первые номера на месте, вторые шаг назад, шаг вправо
- 4. В каком порядке проводится разминка на уроке?**
 - а) Упражнения для головы, ног, рук, туловища
 - б) Упражнения для рук, ног, головы, туловища
 - в) Упражнения для головы, рук, туловища, ног
 - г) В любом порядке
- 5. Сколько по правилам человек играют в одной команде в пионербол?**

- а) 6
- б) 8
- в) 4
- г) 5

6. Как правильно делать переход в игре пионербол?

- а) Против часовой стрелке
- б) По часовой стрелке
- в) В любую сторону
- г) Перехода нет

7. Сколько человек стоят под сеткой в игре пионербол?

- а) 1
- б) 3
- в) 4
- г) 6

8. Какой инвентарь необходим для занятий на лыжах?

- а) Лыжи
- б) Лыжи, ботинки, лыжные палки
- в) Коньки
- г) Лыжи, ботинки

9. Что развивается во время длительного бега?

- а) сила
- б) быстрота
- в) выносливость
- г) гибкость

10. Какое качество развивается при выполнении подтягивания или отжимания?

- а) быстрота
- б) сила
- в) гибкость
- г) ловкость

11. Чем измеряют прыжки в длину?

- а) на глаз
- б) шагами
- в) рулеткой (специальной линейкой)
- г) динамометр

12. Задача игры в баскетбол это, как можно больше забить ...?

- а) мячей в ворота
- б) шайб в ворота
- в) мячей в кольцо
- г) шайб в кольцо

13. Задача игры в футбол это, как можно больше забить ...?

- а) мячей в ворота
- б) шайб в ворота
- в) мячей в кольцо
- г) шайб в кольцо

14. Для какой игры используется мяч изображенный на картинке?



- а) футбол
- б) баскетбол
- в) пионербол
- г) хоккей

15. Для какой игры используется мяч изображенный на картинке?



- а) футбол

б) баскетбол

в) пионербол

г) хоккей

2 часть

Вопрос с перечислением

16. Перечислите элементы гимнастических упражнений, которые проходили на уроке физической культуре

Итоговая контрольная работа за курс 2 класса по физической культуре

Фамилия,
Отчество _____

Имя,

БЛАНК ОТВЕТОВ

Для выбора ответа в вопросах 1-15 необходимо поставить крестик

Задания в закрытой форме

№
вопрос

Варианты ответов

а

1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
5	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
10	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
11	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
13	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
14	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
15	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г

16

Итоговая контрольная работа за курс 2 класса по физической культуре

Фамилия,

Имя,

Отчество _____

Ключи к заданиям

Для выбора ответа в вопросах 1-15 необходимо поставить крестик

Задания в закрытой форме

№
вопрос

Варианты ответов

а

1	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
5	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
10	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
11	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
13	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
14	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
15	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г

16

2. Итоговая контрольная работа за курс 3 класса по физической культуре

Итоговая контрольная работа по физической культуре за курс 3 класса

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний школьников 3 классов по предмету «Физическая культура».

Задания состоят из двух частей

1 часть - тестирование, то есть с предложенными вариантами ответов.

Если Вы выбрали ответ «а», «б», «в» или «г», то в бланке ответов поставьте знак КРЕСТИК в квадрате.

2 часть –написать ответ на вопрос или вставить пропущенное слово в предложении (одно слово)

3 часть – ответить на вопрос, перечислить все варианты ответов которые знаете.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно будет вернуться к пропущенным заданиям.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Оценка за выполнения заданий:

Первая часть оценивается в 1 балл за правильный ответ. Вопросы с 1 по 15 (15 баллов).

Вторая часть оценивается в 2 балла за правильный ответ. Вопросы с 16 по 20 (10 баллов).

Третья часть оценивается в 5 баллов (за каждое перечисление по 1 баллу, но не более 5).

Всего за работу можно набрать 30 баллов

Оценка «5» - 23-30 баллов

Оценка «4» - 17-22 балла

Оценка «3» - 11-16 баллов

Оценка «2» - менее 11 баллов

Время на выполнение работы 40 минут.

Желаем успеха!

1 часть Тест

Выбрать правильный ответ из нескольких представленных вариантов

16.С чего начинается выполнение упражнения?

- а) Исходное положение
- б) Основная стойка
- в) Руки на поясе
- г) Ноги на ширине плеч

17.С чего начинается урок по физической культуре?

- а) С приветствия
- б) С игры в вышибалы
- в) С построения в одну шеренгу
- г) С построения в одну колонну

18.Как правильно перестраиваться в две шеренги?

- а) Вторые номера на месте, первые шаг вперед, шаг влево
- б) Первые номера на месте, вторые шаг назад
- в) Первые номера на месте, вторые шаг назад, шаг влево
- г) Первые номера на месте, вторые шаг назад, шаг вправо

19.В каком порядке проводится разминка на уроке?

- а) Упражнения для головы, ног, рук, туловища
- б) Упражнения для рук, ног, головы, туловища
- в) Упражнения для головы, рук, туловища, ног

г) В любом порядке

20. Сколько по правилам человек играют в одной команде в пионербол?

а) 6

б) 8

в) 4

г) 5

21. Как правильно делать переход в игре пионербол?

а) Против часовой стрелке

б) По часовой стрелке

в) В любую сторону

г) Перехода нет

22. Сколько человек стоят под сеткой в игре пионербол?

а) 1

б) 3

в) 4

г) 6

23. Какой инвентарь необходим для занятий на лыжах?

а) Лыжи

б) Лыжи, ботинки, лыжные палки

в) Коньки

г) Лыжи, ботинки

24. Что развивается во время длительного бега?

а) сила

б) быстрота

в) выносливость

г) гибкость

25. Какое качество развивается при выполнении подтягивания или отжимания?

а) быстрота

- б) сила
- в) гибкость
- г) ловкость

26. Чем измеряют прыжки в длину?

- а) на глаз
- б) шагами
- в) рулеткой (специальной линейкой)
- г) динамометр

27. Задача игры в баскетбол это, как можно больше забить ...?

- а) мячей в ворота
- б) шайб в ворота
- в) мячей в кольцо
- г) шайб в кольцо

28. Задача игры в футбол это, как можно больше забить ...?

- а) мячей в ворота
- б) шайб в ворота
- в) мячей в кольцо
- г) шайб в кольцо

29. Для какой игры используется мяч изображенный на картинке?



- а) футбол
- б) баскетбол
- в) пионербол
- г) хоккей

30. Для какой игры используется мяч изображенный на картинке?



- а) футбол
- б) баскетбол
- в) пионербол
- г) хоккей

2 часть

Написать ответ на вопрос или вставить пропущенное слово в предложении

- 31. Привычное положение тела, когда человек сидит, стоит или передвигается это -**
- 32. В игре пионербол, когда команда перемещается по кругу, после забитого гола называется -**
- 33. Физическое упражнение, выполняемое на турнике при помощи силы рук и спины – это**
- 34. Деревянные кони по снегу скачут, а в снег не проваливаются. (Загадка)**
- 35. Спортивная игра, цель которой как можно больше забить очков в кольцо – это.....**

3 часть

Вопрос с перечислением

- 21. Перечислите элементы гимнастических упражнений, которые проходили на уроке физической культуре**

Итоговая контрольная работа за курс 3 класса по физической культуре

Фамилия,

Имя,

Отчество _____

БЛАНК ОТВЕТОВ

Для выбора ответа в вопросах 1-15 необходимо поставить крестик

Задания в закрытой форме

№
вопрос

Варианты ответов

а

1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Задания в открытой форме

16	_____	_____
17	_____	_____
18	_____	_____
19	_____	_____
20	_____	_____

Ключи к итоговой контрольной работе за курс 3 класса

Задания в закрытой форме

№
вопрос
а

1	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
2	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
3	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input checked="" type="checkbox"/> г
4	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
5	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
6	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
7	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
8	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
9	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
10	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
11	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
12	<input type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input checked="" type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
13	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
14	<input checked="" type="checkbox"/> а	<input type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г
15	<input type="checkbox"/> а	<input checked="" type="checkbox"/> б	<input type="checkbox"/> в	<input type="checkbox"/> г

Задания в открытой форме

- 16 Осанка _____
- 17 Переход _____
- 18 Подтягивание _____
- 19 Лыжи _____
- 20 Балкетбол _____
- 21 _____
- _____
- _____
- _____

Итоговая контрольная работа по физической культуре за курс 4 класса

Итоговая контрольная работа по физической культуре за курс 4 класса

Инструкция по выполнению заданий.

Вам предлагаются задания, соответствующие требованиям к минимуму знаний школьников 4 классов по предмету «Физическая культура».

Задания состоят из двух частей

1 часть - тестирование, то есть с предложенными вариантами ответов.

Если Вы выбрали ответ «а», «б», «в» или «г», то в бланке ответов поставьте знак КРЕСТИК в квадрате.

2 часть – написать ответ на вопрос или вставить пропущенное слово в предложении (одно слово)

3 часть – ответить на вопрос, перечислить все варианты ответов которые знаете.

Внимательно читайте задания и предлагаемые варианты ответов. Старайтесь не угадывать, а логически обосновывать сделанный Вами выбор. Пропускайте незнакомые задания вместо их выполнения путем догадки. Это позволит сэкономить время для выполнения других заданий. Впоследствии можно будет вернуться к пропущенным заданиям.

Будьте внимательны, делая записи в бланке ответов.

Оценка за выполнения заданий:

Первая часть оценивается в 1 балл за правильный ответ. Вопросы с 1 по 20 (20 баллов).

Вторая часть оценивается в 2 балла за правильный ответ. Вопросы с 21 по 25 (10 баллов).

Третья часть оценивается в 5 баллов (за каждое перечисление по 1 баллу, но не более 5). Вопросы с 26 по 28

Всего за работу можно набрать 45 баллов

Оценка «5» - 33-45 баллов

Оценка «4» - 25-32 балла

Оценка «3» - 16-24 баллов

Оценка «2» - менее 16 баллов

Время на выполнение работы 40 минут.

Желаем успеха!

1 часть

Тест

- 1. С чего начинается выполнение упражнения?**
 - а) Исходное положение
 - б) Основная стойка
 - в) Руки на поясе
 - г) Ноги на ширине плеч
- 2. С чего начинается урок по физической культуре?**
 - а) С приветствия
 - б) С игры в вышибалы
 - в) С построения в одну шеренгу
 - г) С построения в одну колонну
- 3. Как правильно перестраиваться в две шеренги?**
 - а) Вторые номера на месте, первые шаг вперед, шаг влево
 - б) Первые номера на месте, вторые шаг назад
 - в) Первые номера на месте, вторые шаг назад, шаг влево
 - г) Первые номера на месте, вторые шаг назад, шаг вправо
- 4. В каком порядке проводится разминка на уроке?**
 - а) Упражнения для головы, ног, рук, туловища
 - б) Упражнения для рук, ног, головы, туловища
 - в) Упражнения для головы, рук, туловища, ног
 - г) В любом порядке
- 5. Сколько по правилам человек играют в одной команде в пионербол?**

- а) 6
- б) 8
- в) 4
- г) 5

6. Как правильно делать переход в игре пионербол?

- а) Против часовой стрелке
- б) По часовой стрелке
- в) В любую сторону
- г) Перехода нет

7. Сколько человек стоят под сеткой в игре пионербол?

- а) 1
- б) 3
- в) 4
- г) 6

8. Какой инвентарь необходим для занятий на лыжах?

- а) Лыжи
- б) Лыжи, ботинки, лыжные палки
- в) Коньки
- г) Лыжи, ботинки

9. Что развивается во время длительного бега?

- а) сила
- б) быстрота
- в) выносливость
- г) гибкость

10. Какое качество развивается при выполнении подтягивания или отжимания?

- а) быстрота
- б) сила
- в) гибкость
- г) ловкость

11. Чем измеряют прыжки в длину?

- а) на глаз
- б) шагами
- в) рулеткой (специальной линейкой)
- г) динамометр

12. Закаливающие процедуры следует начинать с обливания ...?

- а) водой, имеющей температуру тела
- б) теплой водой.
- в) горячей водой.
- г) прохладной водой.

13. Какова цель утренней гимнастики?

- а) ускорить полное пробуждение организма
- б) совершенствовать силу воли
- в) выступить на Олимпийских играх
- г) вовремя успеть на первый урок в школе

14. Физкультминутка это...?

- а) возможность прервать урок;
- б) способ преодоления утомления;
- в) время для общения с одноклассниками;
- г) спортивный праздник.

15. Что делать при ушибе?

- а) положить холодный компресс;
- б) намазать ушибленное место мазью;
- в) перевязать ушибленное место бинтом;
- г) намазать ушибленное место йодом.

16. Под осанкой понимается...

- а) силуэт человека;
- б) привычное положение тела, когда человек сидит, стоит и передвигается.;
- в) привычка к определённым позам;
- г) качество позвоночника, обеспечивающее хорошее самочувствие и настроение

17. Что такое режим дня?

- а) распределение основных дел в течение всего дня;
- б) подготовка домашних заданий;
- в) выполнение поручений учителя;
- г) завтрак, обед и ужин каждый день в одно и то же время.

18. Сколько и какие команды даются для бега с низкого старта?

- а) три команды – «На старт!», «Внимание!», «Марш!»;
- б) две команды – «Становись!» и «Марш!»;
- в) две команды – «На старт!» и «Марш!».
- г) две команды – «Внимание!», «Марш!».

19. Что не является правилом техники безопасности на уроке физической культуры?

- а) запрещается самостоятельно брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале и тренерской комнате;
- б) при обнаружении поломок спортивного оборудования никому об этом не говорить;
- в) держать дистанцию;
- г) в случае плохого самочувствия на уроке учащийся должен незамедлительно сообщить об этом учителю физкультуры.

20. Какой из видов спорта не относится к спортивным играм?

- а) Футбол
- б) Баскетбол

- в) Волейбол
- г) Легкая атлетика

2 часть

Написать ответ на вопрос или вставить пропущенное слово в предложении

- 21. Привычное положение тела, когда человек сидит, стоит или передвигается это -
- 22. В игре пионербол, когда команда перемещается по кругу, после забитого гола называется -
- 23. Физическое упражнение, выполняемое на турнике при помощи силы рук и спины – это
- 24. Физическое упражнение, выполняемое в упоре лежа за сгибания и разгибания рук и мышц пресса.....
- 25. Спортивная игра, цель которой как можно больше забить очков в кольцо – это.....

3 часть

Вопрос с перечислением

- 26.. Перечислите элементы гимнастических упражнений, которые проходили на уроке физической культуре.
- 27. Перечислите упражнения, для развития выносливости.
- 28. Перечислите упражнения для развития гибкости.

Итоговая контрольная работа за курс 4 класса по физической культуре

Фамилия,
Отчество _____

Имя,

БЛАНК ОТВЕТОВ

Для выбора ответа в вопросах 1-20 необходимо поставить крестик

Задания в закрытой форме

№
вопрос

а

Варианты ответов

1 часть

1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	17	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	18	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	19	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	20	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
11	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
12	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
13	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					
15	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					

2 часть

Задания в открытой форме

21	_____	_____
22	_____	_____
23	_____	_____
24	_____	_____

25

3 часть

26

27

28

Итоговая контрольная работа за курс 4 класса по физической культуре

Ключи к заданиям

Для выбора ответа в вопросах 1-20 необходимо поставить крестик

Задания в закрытой форме

№
вопрос
а

Варианты ответов

1 часть

1 а б в г 16 а б в г

2	а	б	в	г
3	а	б	в	г
4	а	б	в	г
5	а	б	в	г
6	а	б	в	г
7	а	б	в	г
8	а	б	в	г
9	а	б	в	г
10	а	б	в	г
11	а	б	в	г
12	а	б	в	г
13	а	б	в	г
14	а	б	в	г
15	а	б	в	г

17	а	б	в	г
18	а	б	в	г
19	а	б	в	г
20	а	б	в	г

2 часть

Задания в открытой форме

21	_____	_____
22	_____	_____
23	_____	_____
24	_____	_____
25	_____	_____

3 часть

26

27
