

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Барышский район

МОУ СОШ р.п.Старотимошкино МО «Барышский район»

РАССМОТРЕНО

Методическим
объединением учителей

Мурзакова А.А.

Приказ № 1 от «22» 08
24 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Урмеева Г.К.

Приказ № ____ от « ____ » ____
____ г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Лукьянова Л.В.

Приказ № 15 от «30» 08
24 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4480677)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 1)

для обучающихся 2 – 4 классов

р.п.Старотимошкино 2024

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для

занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения. Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона

в основной стойке; торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные

Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

Плавательная подготовка. Изучение стилей плавания: брасс, кроль на груди, кроль на спине. Игры в воде. Закаливание, безопасное поведение на воде.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

Патриотическое воспитание:

ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества. Способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Гражданское воспитание:

представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач. Освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений;

установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической культуре отражают овладение универсальными познавательными действиями.

В составе метапредметных результатов выделяют такие значимые для формирования мировоззрения формы научного познания, как научный факт, гипотеза, теория, закон, понятие, проблема, идея, категория, которые используются в естественнонаучных учебных предметах и позволяют на основе знаний из этих предметов формировать представление о целостной научной картине мира. И универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные), которые обеспечивают формирование готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты изучения учебного предмета «Физическая культура» отражают опыт учащихся в физкультурной деятельности.

В составе предметных результатов по освоению обязательного содержания, установленной данной программой выделяют: полученные знания, освоенные обучающимися;

умения и способы действий, специфические для предметной области «Физическая культура» периода развития детей возраста начальной школы; виды деятельности по получению новых знаний, их интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных и новых ситуациях.

В состав предметных результатов по освоению обязательного содержания включены физические упражнения: гимнастические упражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий, эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функции организма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений;

игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (элементарных движений, бега, бросков и т. п.), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией. И оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия (точнее бросить, быстрее добежать, выполнить в соответствии с предлагаемой техникой выполнения или конечным результатом задания и т. п.);

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 2 КЛАССА

п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре				
.1	История подвижных игр и соревнований у древних народов. Зарождение Олимпийских игр	1	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		1		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
.1	Дневник наблюдений по физической культуре	1	Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		1		
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура				
.1	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		1		
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура				

.1	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики	1	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.2	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и команды	3	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.3	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастическая разминка	1	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.4	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастической скакалкой	1	Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.5	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	1	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.6	Модуль "Лыжная подготовка".	3	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке	www.edu.ru www.school.edu.ru

	Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой		социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	https://uchi.ru
.7	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	3	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.8	Модуль "Лыжная подготовка". Спуски и подъёмы на лыжах	3	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.9	Модуль "Лыжная подготовка". Торможение лыжными палками и падением на бок	4	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.10	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой.	2	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.11	Модуль "Лёгкая атлетика". Броск и мяча в неподвижную мишень	3	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.12	Модуль "Лёгкая атлетика".	3	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке	www.edu.ru

	Сложно координированные прыжковые упражнения		социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.school.edu.ru https://uchi.ru
.13	Модуль "Лёгкая атлетика". Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке	2	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.14	Модуль «Спортивные игры».	10	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правил игры в спортивные игры	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.15	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	8	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
.16	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	7	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		55		
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура				
.1	Подготовка к выполнению нормативных требований	9	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке	www.edu.ru www.school.edu.ru

	комплекса ГТО		социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	https://uchi.ru
.2	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
	Итого по разделу	10		
	ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 3 КЛАССА

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	История подвижных игр и соревнований у древних народов.	1	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru

	Зарождение Олимпийских игр			https://uchi.ru
Итого по разделу		1		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Дневник наблюдений по физической культуре	1	Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		1		
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура				
3.1	Закаливание организма. Утренняя зарядка. Составление индивидуальных комплексов утренней зарядки	1	Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru

Итого по разделу		1		
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура				
4.1	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i></p> <p>Правила поведения на уроках гимнастики и акробатики</p>	1	<p>Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
4.2	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i></p> <p>Строевые упражнения и команды</p>	3	<p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
4.3	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i></p> <p>Гимнастическая разминка</p>	1	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
4.4	<p><i>Модуль "Гимнастика с основами акробатики".</i></p>	1	<p>Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p>

	Упражнения с гимнастической скакалкой		условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	https://uchi.ru
4.5	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения с гимнастическим мячом	1	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человек добросердечности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.6	Модуль "Лыжная подготовка". Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой	3	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.7	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах двухшажным попеременным ходом	3	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.8	Модуль "Лыжная подготовка".	3	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке	www.edu.ru

	Спуски и подъёмы на лыжах		социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.9	<p>Модуль "Лыжная подготовка".</p> <p>Торможение лыжными палками и падением на бок</p>	4	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеком добросердечности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 0	Модуль "Лёгкая атлетика". Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой	2	<p>Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры</p> <p>здорового и безопасного образа жизни.</p>	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 1	<p>Модуль "Лёгкая атлетика".</p> <p>Броски мяча в неподвижную мишень</p>	3	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 2	Модуль "Лёгкая атлетика".	3	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демон-	www.edu.ru

	Сложно координированные прыжковые упражнения		страцию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человек добросердечности.	www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 3	<p>Модуль "Лёгкая атлетика".</p> <p>Сложно координированные передвижения ходьбой по гимнастической скамейке</p>	2	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 4	Модуль «Спортивные игры».	10	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правил игры в спортивные игры	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 5	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	8	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человек добросердечности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.1 6	Модуль "Подвижные игры". Подвижные игры	7	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru

			здорового и безопасного образа жизни.	
Итого по разделу		55		
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура				
5.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	9	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человек добросердечности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
5.2	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		10		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	68	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 4 КЛАССА

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ				
1.1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
Итого по разделу		1		
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ				
2.1	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru

2.2	<p>Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.</p> <p>Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах</p>	1	<p>Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
Итого по разделу		2		
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
3.1	<p><i>Модуль «Гимнастика».</i></p> <p>Акробатическая комбинация.</p>	1	<p>Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
3.2	<p><i>Модуль «Гимнастика».</i></p> <p>Упражнения на низком</p>	1	<p>Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование</p>	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p>

	гимнастическом бревне		ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	https://uchi.ru
3.3	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине	1	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.4	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Упражнения ритмической гимнастики	2	Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.5	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Беговые упражнения. Старт с высокого и низкого положения.	5	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.6	<i>Модуль «Лёгкая атлетика»</i> Бег 30 м, 60 м.	3	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru

3.7	<p><i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i></p> <p>Метание малого (теннисного) мяча в подвижную мишень.</p>	4	Установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию обучающимися требований и просьб педагогического работника, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности.	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
3.8	<p><i>Модуль «Зимние виды спорта».</i></p> <p>Передвижение одновременным одношажным ходом</p>	10	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
3.9	<p><i>Модуль «Зимние виды спорта».</i></p> <p>Передвижений на лыжах для развития выносливости.</p>	1	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
3.10	<p><i>Модуль «Зимние виды спорта».</i></p> <p>Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона.</p>	3	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru</p>
3.11	<p><i>Модуль «Спортивные игры».</i></p>	10	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правил игры в спортивные игры	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p>

				https://uchi.ru
3.12	<i>Модуль «Плавание». Движения ног в кроле на суше и в воде. Движения рук в кроле на груди и на спине. Дыхание и сочетание движений в кроле. Старт, прыжок, поворот в плавании.</i>	1	Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.13	<i>Модуль «Подвижные игры».</i>	3	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правил игры в спортивные игры	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.14	<i>Модуль «Подвижные игры».</i>	3	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правил игры в спортивные игры	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.15	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия баскетболиста без мяча</i>	2	Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.16	<i>Модуль «Спортивные</i>	4	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей,	www.edu.ru www.school.edu.ru

	<i>игры. Баскетбол</i> ». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча		формирование гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	https://uchi.ru
3.17	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол»</i> . Игровые действия в волейболе	5	Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.18	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол»</i> . Удар по катящемуся мячу с разбега	2	Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
3.19	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол»</i> . Знакомство с рекомендациями учителя по	1	Организация шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru

	использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техники удара по катящемуся мячу с разбега и его передачи на разные расстояния			
Итого по разделу		55		
Раздел 4. СПОРТ				
4.1	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	4	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru
4.2	Физическая подготовка: освоение содержания	6	Развитие у обучающихся познавательной активности, самостоятельности, инициативы, творческих способностей, формирование гражданской позиции,	www.edu.ru www.school.edu.ru

	ния программы, демонстрация приростов		способности к труду и жизни в условиях современного мира, формирование у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.	https://uchi.ru
Итого по разделу		10		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 2 КЛАССА

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока	Количество часов
1			Вводный инструктаж по ТБ. Модуль «Лёгкая атлетика». Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе. Равномерная ходьба и равномерный бег.	1
2			Модуль «Лёгкая атлетика». «Прыжок в длину с места»	1
3			Вводное тестирование. Модуль «Лёгкая атлетика». Низкий старт. Бег 30м	1
4			Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1
5			Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1
6			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1
7			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1

8			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности.	1
9			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.	1
10			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1
11			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Стойка на лопатках.	1
12			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". «Мост» из положения лёжа.	1
13			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях: кувырок вперед.	1
14			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скалкой.	1
15			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения – кувырок назад.	1
16			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры.	1
17			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча.	1
18			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение мяча.	1
19			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития быстроты.	1

20			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости.	1
21			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1
22			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
23			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1
24			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
25			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
26			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
27			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
28			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
29			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
30			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1

31			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
32			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
33			Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1
34			Промежуточное тестирование. Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
35			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1
36			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
37			Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1
38			Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км.	1
39			Модуль «Зимние виды спорта». Игры на лыжах: «С горки на горку», Эстафета с передачей палок»	1
40			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1
41			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1
42			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1
43			Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъёмами и спусками с гор, преодоление подъёмов и препятствий.	1

44			Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 3 км. Попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1
45			Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1
46			Подвижные игры	1
47			Подвижные игры	1
48			Подвижные игры	1
49			Подвижные игры с мячом	1
50			Подвижные игры на свежем воздухе.	1
51			Подвижные игры на свежем воздухе.	1
52			Подвижные игры	1
53			Подвижные игры	1
54			Подвижные игры	1
55			Подвижные игры	1
56			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1
57			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
58			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1
59			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1
60			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1
61			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. Удары по воротам. Передачи в парах, тройках.	1

62			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места.	1
63			Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки.	1
64			Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1
65			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1
66			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1
67			Итоговое тестирование. Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	1
68			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 3 КЛАССА

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока	Количество часов
1			Вводный инструктаж по предмету. Модуль «Лёгкая атлетика». Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа.	1
2			Модуль «Лёгкая атлетика». Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях.	1

3			Вводное тестирование. Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений. Низкий старт. Бег 30м	1
4			Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1
5			Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1
6			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1
7			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1
8			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности.	1
9			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.	1
10			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1
11			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному, по два и в колонну по три с равномерной скоростью.	1

12			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры.	1
13			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа.	1
14			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Гимнастические упражнения: способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой.	1
15			Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.	1
16			Модуль "Подвижные и спортивные игры".	1
17			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры и эстафеты с передачей, броском и ловлей мяча.	1
18			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение мяча.	1
19			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития быстроты.	1
20			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Игры для развития внимания и ловкости.	1
21			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами.	1

22			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
23			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча.	1
24			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
25			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
26			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
27			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
28			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
29			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
30			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1

31			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
32			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
33			Промежуточное тестирование. Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1
34			Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
35			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1
36			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
37			Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1
38			Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км.	1
39			Модуль «Зимние виды спорта». Игры на лыжах: «С горки на горку», Эстафета с передачей палок»	1
40			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1

41			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1
42			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1
43			Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъёмами и спусками с гор, преодоление подъёмов и препятствий.	1
44			Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 3 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1
45			Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1
46			Подвижные игры	1
47			Подвижные игры	1
48			Подвижные игры	1
49			Подвижные игры	1
50			Подвижные игры	1
51			Подвижные игры	1
52			Подвижные игры	1
53			Подвижные игры	1
54			Подвижные игры	1
55			Подвижные игры	1

56			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Техника безопасности на уроках. Эстафеты с мячами. Развитие координационных способностей.	1
57			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	1
58			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи, ловля и бросок малого мяча. Подвижные игры.	1
59			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Бросок мяча через сетку. Упражнения на внимание по сигналу.	1
60			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Передачи волейбольного мяча в парах. Броски и ловля.	1
61			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Футбол. Удары по воротам. Передачи в парах, тройках.	1
62			Модуль "Подвижные и спортивные игры". Ведение футбольного мяча по заданной траектории. Удары по мячу с места.	1
63			Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1
64			Итоговое тестирование. Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1
65			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1

66			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1
67			Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	1
68			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ДЛЯ 4 КЛАССА

№ п/п	Дата по плану	Дата по факту	Тема урока	Количество часов
1			Вводный инструктаж по предмету. Модуль «Лёгкая атлетика». Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа.	1
2			Модуль «Лёгкая атлетика». Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях.	1
3			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений. Низкий старт. Бег 30м.	1
4			Вводное тестирование. Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1
5			Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1
6			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1
7			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1
8			Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1

9			Модуль «Спортивные игры. Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега в футболе.	1
10			Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в передаче мяча в футболе.	1
11			Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов мяча его ведения в футболе.	1
12			Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, замыкание и смыкание на месте.	1
13			Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1
14			Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку.	1
15			Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами.	1
16			Модуль «Гимнастика». Знакомство с рекомендациями учителя по распределению упражнений в комбинации ритмической гимнастики и подборе музыкального сопровождения.	1

17			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
18			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
19			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
20			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
21			Модуль «Спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста.	1
22			Спортивные игры	1
23			Спортивные игры	1
24			Спортивные игры	1
25			Спортивные игры	1
26			Спортивные игры	1
27			Спортивные игры	1

28			Спортивные игры	1
29			Спортивные игры	1
30			Спортивные игры	1
31			Промежуточное тестирование. Спортивные игры	1
32			Модуль «Зимние виды спорта». Правила техники безопасности на уроках. Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом.	1
33			Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
34			Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах.	1
35			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах по учебной дистанции.	1
36			Модуль «Зимние виды спорта». Игры на лыжах: «С горки на горку», Эстафета с передачей палок».	1
37			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке.	1
38			Модуль «Зимние виды спорта». Спуски на лыжах.	1
39			Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот упором; подъём «ёлочкой»; прохождение дистанции 3 км.	1
40			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение по лыжной трассе ранее изученными способами лыжных ходов.	1
41			Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах для развития выносливости.	1

42			Модуль «Зимние виды спорта». Зачет. Передвижение по учебной лыжне одновременным одношажным ходом.	1
43			Модуль «Зимние виды спорта». Игры и эстафеты с подъёмами и спусками с гор, преодоление подъёмов и препятствий.	1
44			Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 3 км. попеременный двухшажный ход, скользящий шаг.	1
45			Модуль «Зимние виды спорта». Прохождение дистанции до 2,5 км, игры, эстафеты.	1
46			Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Технические действия баскетболиста. Остановка двумя шагами, остановка прыжком в баскетболе.	1
47			Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Технические действия баскетболиста. Прыжок вверх толчком одной и приземление на другую в баскетболе.	1
48			Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории.	1
49			Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Зачет. Передачи и броски мяча в корзину.	1
50			Модуль «Спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках. Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки команды соперника в волейболе.	1

51			Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1
52			Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1
53			Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1
54			Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе.	1
55			Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Зачет. Волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	1
56			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
57			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
58			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
59			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1

60			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
61			Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1
62			Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и много-скоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1
63			Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и много-скоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	1
64			Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1
65			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1
66			Итоговое тестирование. Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1
67			Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1
68			Модуль «Лёгкая атлетика». Броски набивного мяча двумя руками из-за головы, мяча двумя руками от груди.	1

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 1-4 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;