

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД АРМАВИР  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 23**

Корниенко  
Андрей  
Леонидович

Подписано цифровой  
подписью: Корниенко  
Андрей Леонидович  
Дата: 2021.09.16  
16:01:17 +03'00'

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
МБОУ-СОШ № 23 МО города Армавир  
от «31» августа 2021 года протокол № 1  
Председатель А.Л. Корниенко

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА



По физической культуре

(указать учебный предмет, курс)

Уровень образования (класс) Начальное общее образование 1-4 классы

(начальное общее, основное общее, среднего общего образование с указанием классов)

Количество часов 405

Учитель или группа учителей, разработчиков рабочей программы

Бицадзе Анна Михайловна учитель физической культуры МБОУ-СОШ №23

ФИО (полностью), должность (краткое наименование организации)

Программа разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. № 373, в редакции приказа Минобрнауки России от 11.12.2020 г. № 712;

с учетом примерной основной образовательной программы начального общего образования, одобренной федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. №1/15);

с учетом УМК Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В.И.Лях. 1-4 классы: учеб. Пособие для общеобразоват. организаций / В.И.Лях. -6-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 64с;

## Планируемые результаты

### **Знания о физической культуре**

*Выпускник научится:*

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

### **Способы двигательной (физкультурной) деятельности**

*Выпускник научится:*

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действия, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, обеспечивать их оздоровительную направленность;

- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

### **Личностные**

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.

- **Ценности научного познания:** — знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции; — познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования; — познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий; — 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.
- **Экологическое воспитание:** — экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей; **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА. 1—4 классы 15** — экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

### **Предметные**

*Выпускник научится:*

- выполнять правила поведения на уроках физической культуры;
- рассказывать об истории возникновения Олимпийских игр, о летних и зимних Олимпийских играх; о физическом развитии человека;
- называть меры по профилактике нарушений осанки;
- определять способы закаливания;
- определять влияние занятий физической культуры на воспитание характера человека;
- выполнять строевые упражнения;
- выполнять различные виды ходьбы;

- выполнять различные виды бега;
- выполнять прыжки на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, с разбега, с поворотом на 180°;
- прыгать через скакалку на одной и двух ногах;
- метать теннисный мяч в вертикальную и горизонтальную цель с 4 м;
- выполнять кувырок вперед;
- выполнять стойку на лопатках;
- лазить по гимнастической стенке и по наклонной скамейке;
- перелезать через гимнастическую скамейку и горку матов;
- выполнять танцевальные шаги;
- играть в подвижные игры;
- выполнять элементы спортивных игр.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- понимать влияние физических упражнений на физическое развитие человека;
- рассказывать о видах спорта, включённых в программу летних и зимних Олимпийских игр;
- определять влияние закаливания на организм человека; самостоятельно составлять и выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие определённых физических качеств;
- выполнять упражнения, направленные на профилактику нарушений осанки;
- организовывать и играть в подвижные игры во время прогулок.

### **Метапредметные**

#### ***Регулятивные***

*Выпускник научится:*

- понимать цель выполняемых действий;
- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- вносить коррективы в свою работу.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;

- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

### ***Познавательные***

*Выпускник научится:*

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;
- сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека

### ***Коммуникативные***

*Выпускник научится:*

- рассказывать об истории Олимпийских игр и спортивных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

## **Содержание учебного предмета «Физическая культура»**

### ***1. Знания о физической культуре***

Правила по ТБ на уроках. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями. История возникновения спортивных соревнований. История возникновения Олимпийских игр.

### ***2. Лёгкая атлетика***

*Ходьба:* в разном темпе, ходьба на носках, на пятках, с перешагиванием

через предметы, ходьба с высоким подниманием бедра, в полуприседе, приседе, ходьба по ограниченной площади опоры (ширина 20 см).

*Бег:* чередование ходьбы и бега, челночный бег 3x10 м, эстафетный бег, бег из различных исходных положений, с изменением направления движения, бег на 30 м с высокого старта, бег на носках, бег широким шагом, бег в спокойном темпе 2-3 мин.

*Кроссовая подготовка:* бег по пересеченной местности.

*Прыжки:* на одной и двух ногах на месте, с продвижением вперёд, в длину и высоту с места и разбега, прыжки на двух ногах с поворотом на 180°, спрыгивание и запрыгивание на горку матов (высота 40 см), прыжки через препятствия, прыжки через скакалку.

*Метание:* малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 4 м, метание на дальность и заданное расстояние.

*Броски:* набивного мяча (0,5 кг) от груди, броски и ловля резинового мяча.

### **3. Гимнастика с основами акробатики**

*Акробатические упражнения:* перекаты в сторону, кувырок вперёд, стойка на лопатках (согнув и выпрямив ноги).

*Гимнастические упражнения прикладного характера:* лазанье по гимнастической скамейке с переходом на гимнастическую стенку, перелезание через гимнастическую скамейку и горку матов, упражнения на низкой перекладине, ходьба по перевёрнутой гимнастической скамейке, по наклонной скамейке, танцевальные шаги (переменный, галоп), преодоление полосы препятствий.

Физическое развитие человека. Влияние упражнений на физическое развитие человека.

### **4. Подвижные игры**

Закрепление и совершенствование навыков бега, закрепление и совершенствование навыков в прыжках, закрепление и совершенствование метаний, ловля, броски, передачи и ведение мяча.

Выполнение заданий с элементами спортивных игр.

«Вызов номеров», «Пустое место», «Волк во рву», «Мяч соседу», «Воробьи, вороны», «Мышеловка», «Третий лишний».

«Запрещённое движение», «Невод», «Передай мяч»; «Охотники и утки», «Эстафета с обручами».

«Воротца», «Буксиры», «Кто дальше?», «Попади в ворота».

### **5. Способы физической деятельности (в течение года)**

*Самостоятельные занятия.* Разработка режима дня. Составление и выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток. Выполнение закаливающих процедур. Организация и проведение подвижных игр во время прогулок и каникул.

Подготовка к соревновательной деятельности и выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

1 класс - 99 часов					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
<b>Знания о физической культуре</b>	В процессе уроков	Правила Т.Б. История возникновения соревнований. История возникновения Олимпийских игр.		<b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения в спорт. зале;	Ценности научного познания Патриотическое воспитание
<b>Лёгкая атлетика</b>	51	Ходьба. Скоростной бег. Кроссовая подготовка. Прыжки. Метания малого мяча. Броски набивного мяча.	4 20 5 12 6 4	<b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетикой; <b>Регулятивные:</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); <b>Коммуникативные:</b> - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; <b>Предметные:</b> - научиться выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну;	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья



				- соблюдать правила поведения в спорт. зале;выполнять простейший комплекс УГГ:	
<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	21	Общеразвивающие упражнения без предметов. Общеразвивающие упражнения с предметами. Акробатические упражнения. Висы и упоры. Лазанье и перелезания Опорные прыжки. Упражнения на равновесие. Танцевальные упражнения. Строевые упражнения.	3 1 4 2 2 2 2 2 3	<b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; <b>Регулятивные:</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; <b>Познавательные:</b> -осуществлять анализ выполненных гимнастических и акробатических элементов; <b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма;	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья

<b>Подвижные игры.</b>	27	Закрепление и совершенствование навыков бега. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Закрепление и совершенствование метаний. Ловля, броски, передачи и ведение мяча.	3 3 3 18	<p><b>Личностные:</b> - освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовность принять на себя ответственность;</p> <p><b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия;</p> <p><b>Коммуникативные:</b> - взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах спорта);</p> <p><b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных игровых действий;</p> <p><b>Предметные:</b> - выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;</p>	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание
<b>Способы физкультурной деятельности</b>	В течение года	Разработка режима дня. Составление и выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики. Выполнение закаливающих процедур. Организация и проведение подвижных игр. Подготовка к соревновательной деятельности Подготовка к выполнению видов испытаний ГТО		<p><b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики;</p> <p><b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия;</p> <p><b>Предметные:</b> -научиться выполнять простейший комплекс УГГ; -выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;</p>	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание

2 класс - 102 часа					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Личностные результаты
<b>Знания о физической культуре</b>	В процессе уроков	Правила Т.Б. История возникновения соревнований. История возникновения Олимпийских игр.		<b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения в спорт. зале;	Ценности научного познания Патриотическое воспитание
<b>Лёгкая атлетика</b>	51	Ходьба. Скоростной бег. Кроссовая подготовка. Прыжки. Метания малого мяча. Броски набивного мяча.	4 20 5 12 6 4	<b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики; <b>Регулятивные:</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); <b>Коммуникативные:</b> - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; <b>Предметные:</b> - научиться выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; - соблюдать правила поведения в спорт. зале; выполнять простейший комплекс УГГ	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья
<b>Гимнастика с основами акробатики.</b>	21	Общеразвивающие упражнения без предметов.	3 1	<b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятиях гимнастикой;	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья

		<p>Общеразвивающие упражнения с предметами. Акробатические упражнения Висы и упоры. Лазанье и перелезания Опорные прыжки. Упражнения на равновесие. Танцевальные упражнения. Строевые упражнения.</p>	<p>4 2 2 2 2 2 3</p>	<p><b>Регулятивные:</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных гимнастических и акробатических элементов; <b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма;</p>	
<b>Подвижные игры.</b>	30	<p>Закрепление и совершенствование навыков бега. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Закрепление и совершенствование метаний. Ловля, броски, передачи и ведение мяча.</p>	<p>3 3 3 21</p>	<p><b>Личностные:</b> - освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовность принять на себя ответственность; <b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия; <b>Коммуникативные:</b> - взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах спорта); <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных игровых действий; <b>Предметные:</b> - выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;</p>	<p>Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание</p>

<p><b>Способы физкультурной деятельности</b></p>	<p>В течение года</p>	<p>Разработка режима дня. Составление и выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики. Выполнение закаливающих процедур. Организация и проведение подвижных игр. Подготовка к соревновательной деятельности Подготовка к выполнению видов испытаний ГТО</p>	<p><b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики; <b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия; <b>Предметные:</b> -научиться выполнять простейший комплекс УГГ; -выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;</p>	<p>Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание</p>
--	-----------------------	--	---	---

3 класс - 102 часа					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Личностные результаты
<b>Знания о физической культуре</b>	В процессе уроков	Правила Т.Б. История возникновения соревнований. История возникновения Олимпийских игр.		<b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения в спорт. зале;	Ценности научного познания Патриотическое воспитание
<b>Лёгкая атлетика</b>	51	Ходьба. Скоростной бег. Кроссовая подготовка. Прыжки. Метания малого мяча. Броски набивного мяча.	3 20 6 10 7 5	<b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики; <b>Регулятивные:</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); <b>Коммуникативные:</b> - участвовать в коллективном обсуждении легкоатлетических упражнений. <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий; <b>Предметные:</b> - научиться выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну; - соблюдать правила поведения в спорт. зале; выполнять простейший комплекс УГГ:	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья
<b>Гимнастика с основами акробатики.</b>	21	Общеразвивающие упражнения без предметов.	3  1	<b>Личностные:</b> - мотивационная основа на занятия гимнастикой; <b>Регулятивные:</b>	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья

		Общеразвивающие упражнения с предметами. Акробатические упражнения. Висы и упоры. Лазанье и перелезания Опорные прыжки. Упражнения на равновесие. Танцевальные упражнения. Строевые упражнения.	4 2 2 2 2 2 3	- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости); <b>Коммуникативные:</b> - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися; <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных гимнастических и акробатических элементов; <b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма;	
<b>Подвижные игры.</b>	30	Закрепление и совершенствование навыков бега. Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Закрепление и совершенствование метаний. Ловля, броски, передачи и ведение мяча.	4 2 2 22	<b>Личностные:</b> - освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовность принять на себя ответственность; <b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия; <b>Коммуникативные:</b> - взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах спорта); <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных игровых действий; <b>Предметные:</b> - выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание
<b>Способы физкультуры</b>	В течение года	Разработка режима дня.		<b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес	Гражданское воспитание

<b>ой деятельности</b>		Составление и выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики. Выполнение закаливающих процедур. Организация и проведение подвижных игр. Подготовка к соревновательной деятельности. Подготовка к выполнению видов испытаний ГТО		к занятиям лёгкой атлетике; <b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия; <b>Предметные:</b> -научиться выполнять простейший комплекс УГГ; -выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;	Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание
------------------------	--	---	--	--	--

4 класс - 102 часа					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Личностные результаты
<b>Знания о физической культуре</b>	В процессе уроков	Правила Т.Б. История возникновения соревнований. История возникновения Олимпийских игр.		<b>Предметные:</b> - соблюдать правила поведения в спорт. зале;	Ценности научного познания Патриотическое воспитание
<b>Лёгкая атлетика</b>	51	Ходьба. Скоростной бег. Кроссовая подготовка. Прыжки. Метания малого мяча. Броски набивного мяча.	3 20 6 10 7 5	<b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетике; <b>Регулятивные:</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности); <b>Коммуникативные:</b> - участвовать в коллективном обсуждении	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья



				<p>легкоатлетических упражнений.</p> <p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять анализ выполненных легкоатлетических действий;</li> </ul> <p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- научиться выполнять действия по образцу, построение в шеренгу, колонну;</li> <li>- соблюдать правила поведения в спорт. зале; выполнять простейший комплекс УГГ:</li> </ul>	
<b>Гимнастика с основами акробатики.</b>	21	<p>Общеразвивающие упражнения без предметов.</p> <p>Общеразвивающие упражнения с предметами.</p> <p>Акробатические упражнения.</p> <p>Висы и упоры.</p> <p>Лазанье и перелезания</p> <p>Опорные прыжки.</p> <p>Упражнения на равновесие.</p> <p>Танцевальные упражнения.</p> <p>Строевые упражнения.</p>	<p>3</p> <p>1</p> <p>4</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>3</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мотивационная основа на занятия гимнастикой;</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (гибкости);</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися;</li> </ul> <p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- осуществлять анализ выполненных гимнастических и акробатических элементов;</li> </ul> <p><b>Предметные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма;</li> </ul>	<p>Гражданское воспитание</p> <p>Формирование культуры здоровья</p>
<b>Подвижные игры.</b>	30	<p>Закрепление и совершенствование навыков бега.</p> <p>Закрепление и совершенствование навыков в прыжках.</p> <p>Закрепление и совершенствование метаний.</p>	<p>4</p> <p>2</p> <p>2</p> <p>22</p>	<p><b>Личностные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовность принять на себя ответственность;</li> </ul> <p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умение планировать, регулировать и</li> </ul>	<p>Гражданское воспитание</p> <p>Формирование культуры здоровья</p> <p>Экологическое воспитание</p>

		Ловля, броски, передачи и ведение мяча.		оценивать свои действия; <b>Коммуникативные:</b> - взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах спорта); <b>Познавательные:</b> - осуществлять анализ выполненных игровых действий; <b>Предметные:</b> - выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;	
<b>Способы физкультурной деятельности</b>	В течение года	Разработка режима дня. Составление и выполнение комплексов упражнений утренней гимнастики. Выполнение закаливающих процедур. Организация и проведение подвижных игр. Подготовка к соревновательной деятельности Подготовка к выполнению видов испытаний ГТО		<b>Личностные:</b> - учебно-познавательный интерес к занятиям лёгкой атлетики; <b>Регулятивные:</b> - умение планировать, регулировать и оценивать свои действия; <b>Предметные:</b> -научиться выполнять простейший комплекс УГГ; -выполнение комплексов упражнений, участие в подвижных и спортивных играх, соревнованиях;	Гражданское воспитание Формирование культуры здоровья Экологическое воспитание

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей физической культуры,  
ОБЖ МБОУ-СОШ №23

от 27.08 2021 года № 1

\_\_\_\_\_ Бицадзе А.М.  
подпись Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР  
\_\_\_\_\_ Куций Е.Н.

подпись Ф.И.О.

27.08.2021. года

руководителя МО