



ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ИНЖЕНЕРНО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ ШКОЛА № 777»
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

РЕКОМЕНДОВАНА
Методическим синдикатом
искусствоведческих наук
и прикладного творчества.
Протокол № 1
от 23 августа 2023 г.

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ «ИТШ № 777»
Санкт-Петербурга
Протокол № 28
от 28 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 381-09
от 29.08 2023 г.
Директор
ГБОУ «ИТШ № 777» Санкт-
Петербурга
В.В. Князева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ

«Физическая культура» для 1-4 класса

Срок реализации программы – 5 лет

Составители программы:

учитель физической культуры высшей категории Казиева Е.В,
учитель физической культуры первой категории Цед Ф.Ш,
учитель физической культуры высшей категории Глязинтинов Д.А.
учитель физической культуры первой категории Анчуков Д.А.
учитель физической культуры Пуляева А.Ю.

Срок реализации – 4 года

Оглавление

| | | |
|---|--|----|
| 1 | Пояснительная записка | 3 |
| 2 | Планируемые результаты освоения программы по физической культуре | 5 |
| 3 | Содержание обучения | 19 |

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания. При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в воспитании здорового поколения, государственная политика с национальными целями увеличения продолжительности жизни граждан России и научная теория физической культуры, представляющая закономерности двигательной деятельности человека. Здоровье закладывается в детстве, и качественное образование в части физического воспитания, физической культуры детей дошкольного и начального возраста определяет образ жизни на многие годы.

Рабочая программа по физической культуре для 1-4 класса составлена на основе программы по Физической культуре для 1-4 классов под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича, учебное пособие для общеобразовательных организаций – Просвещение, 2019. – 255 с.).

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии со следующими **нормативно-правовыми документами:**

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. №273-ФЗ (в ред. от 01.07.2020г.)

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12. 2010 г. №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (вместе с "СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...") (Зарегистрировано в Минюсте России 18.12.2020 N 61573)

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 30 июня 2020 г. N 16 “Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)"

- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 6 октября 2009 г. N 373 (26 ноября 2010 г., 22 сентября 2011 г., 18 декабря 2012 г., 29 декабря 2014 г., 18 мая, 31 декабря 2015 г.)

- Федеральный перечень учебников, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 г. № 254;

- Основная образовательная программа начального общего образования ГБОУ «Инженерно-технологическая школа № 777» Санкт-Петербурга (приказ № 24-од от 20.05.2019 г.).

- Устав ГБОУ «Инженерно-технологическая школа № 777» Санкт-Петербурга;

- Программа развития ГБОУ «Инженерно-технологическая школа № 777» Санкт-Петербурга на 2019-2023 гг;

- Учебный план ГБОУ «Инженерно-технологическая школа №777» Санкт-Петербурга;

- Положение о рабочих программах учебных предметов, курсов ГБОУ «Инженерно-технологическая школа № 777» Санкт-Петербурга (приказ № 139/1-од от 25.05.2020 г.).

- Положение о текущей и промежуточной аттестации обучающихся, формах ее проведения, системе оценивания обучающихся и переводе их в следующий класс. (приказ № 24-од от 20.05.2019 г.).

- Положение о порядке реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (приказ № 182-од от 21.08.2020 г.).

- Регламент организации образовательной деятельности с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в период действия карантина/ограничительного режима (приказ № 182-од от 21.08.2020 г.).

- Порядок проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся при применении электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в реализации образовательных программ и их частей (приказ № 182-од от 21.08.2020 г.).

Рабочая программа включает в себя планируемые результаты обучения, содержание, тематическое планирование.

Приложения к рабочей программе составляются для каждого класса в параллели отдельно и включают в себя краткую пояснительную записку, календарно-тематическое планирование для конкретного класса и лист корректировки.

Количество учебных часов, на которые рассчитана программа:

| | 1 класс | 2 класс | 3 класс | 4 класс | Всего |
|---------------------------|---------|---------|---------|---------|-------|
| Количество учебных недель | 33 | 34 | 34 | 34 | 135 |
| Количество часов в неделю | 3ч/нед | 2ч/нед | 2ч/нед | 2ч/нед | - |
| Количество часов в год | 99 | 68 | 68 | 68 | 303 |

Уровень содержания программы: базовый.

Место в учебном плане: обязательная часть.

Рабочая программа ориентирована на линию учебников:

1. Физическая культура 1-4 классы: учеб. Для общеобразоват. Организаций/ М.Виленский и др.; под ред. М.Я. Виленского – 9-е изд., перераб. И доп. – М.: Просвещение, 2019- 255 с.
2. Учебник для 2 класса
3. Учебник для 3 класса
4. Учебник для 4 класса

В соответствии с ФГОС НОО содержание программы по физической культуре состоит из следующих компонентов:

- знания о физической культуре (информационный компонент деятельности);
- способы физкультурной деятельности (операциональный компонент деятельности);
- физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности), которое подразделяется на физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность.

В содержании программы по физической культуре учтены основные направления развития познавательной активности человека, включая знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Программа Физической культуры отражает обязательное для усвоения в начальной школе содержание обучения физической культуре и реализует основные идеи ФГОС.

Главная цель обучения физической культуре состоит в том, чтобы

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;

Рабочая программа способствует решению следующих задач изучения физической культуры на уровне начального общего образования:

- формировании системы физкультурных знаний, жизненно важных прикладных умений и навыков, основанных на физических упражнениях для укрепления здоровья (физического, социального и психологического),
- освоении упражнений основной гимнастики, плавания как жизненно важных навыков человека,
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (например, распорядок дня, утренняя гимнастика, гимнастические минутки, подвижные и общеразвивающие игры),
- умении применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной деятельности и, как результат, – физическое воспитание, формирование здоровья и здорового образа жизни.

Наряду с этим программа по физической культуре обеспечивает:

- единство образовательного пространства на территории Российской Федерации с целью реализации равных возможностей получения качественного начального общего образования;
- преемственность основных образовательных программ по физической культуре дошкольного, начального общего и основного общего образования;
- возможности формирования индивидуального подхода и различного уровня сложности с учётом образовательных потребностей и способностей обучающихся (включая одарённых детей, детей с ограниченными возможностями здоровья);
- государственные гарантии качества начального общего образования, личностного развития обучающихся;
- овладение современными технологическими средствами в ходе обучения и в повседневной жизни, освоение цифровых образовательных сред для проверки и приобретения знаний, расширения возможностей личного образовательного маршрута;
- формирование у обучающихся знаний о месте физической культуры и спорта в национальной стратегии развития России, их исторической роли, вкладе спортсменов России в мировое спортивное наследие;
- освоение обучающимися технологий командной работы на основе личного вклада каждого в решение общих задач, осознания личной ответственности, объективной оценки своих и командных возможностей.

При обучении на уроках используются **современные педагогические технологии**: модульное обучение, такие методы как фронтальный, поточный, групповой, интерактивные технологии, проблемное обучение, ИКТ, проектное обучение, технология перевернутый класс, интегрированное обучение, игровые методы, элементы тренинга.

В случае перевода отдельного класса (обучающегося, школы) на карантин или ограничительный режим возможно использование электронного обучения и дистанционных образовательных технологий для реализации образовательной программы по предмету или ее части. Образовательный процесс в таком случае организуется при помощи Classroom. Взаимодействие с обучающимся осуществляется при помощи ZOOM, дискорд (по выбору учителя).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА **«Физическая культура»** **1 класс**

Предметные результаты:

Ученик 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;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- 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 помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
 - жизненно необходимому навыку плавания;
 - технике основных стилей спортивного плавания, стартов поворотов;
 - основам прикладного плавания;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Ученик получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и

построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания

- основы социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

- основы эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности);

- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

- гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
- уважение к истории, культурным и историческим памятникам;
- эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;
- уважение к другим народам России и мира и принятие их, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:

- готовность и способность к участию в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций (дежурство в школе и классе, участие в детских и молодёжных общественных организациях, школьных и внешкольных мероприятиях);
- готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности;
- умение строить жизненные планы с учётом конкретных социально-исторических, политических и экономических условий;
- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива;
- готовность к выбору профильного образования.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Познавательные УУД:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;

- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Коммуникативные УУД:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;

- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;

- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;

- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;

- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;

- работать в группе – устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;

- основам коммуникативной рефлексии;

- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;

- отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«Физическая культура»

2 класс

Предметные результаты:

Ученик 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;

● раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью

особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- 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 помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);

- выполнять технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

- технике основных стилей спортивного плавания, стартов поворотов;

- основам прикладного плавания;

- использованию в своей речи спортивной терминологии.

Ученик получит возможность научиться:

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

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

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

- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

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

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания

- основы социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

- основы эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности);

- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

- гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
- уважение к истории, культурным и историческим памятникам;
- эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;
- уважение к другим народам России и мира и принятие их, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:

- готовность и способность к участию в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций (дежурство в школе и классе, участие в детских и молодёжных общественных организациях, школьных и внешкольных мероприятиях);
- готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;

- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности;
- умение строить жизненные планы с учётом конкретных социально-исторических, политических и экономических условий;
- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива;
- готовность к выбору профильного образования.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Познавательные УУД:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Коммуникативные УУД:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;
- работать в группе – устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- основам коммуникативной рефлексии;
- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;
- отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«Физическая культура»

3 класс

Предметные результаты:

Ученик 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;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- 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 помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой,

спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- жизненно необходимому навыку плавания;
- технике основных стилей спортивного плавания, стартов поворотов;
- основам прикладного плавания;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Ученик получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физической деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания
- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;

- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива;

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Познавательные УУД:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Коммуникативные УУД:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;

- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;
- работать в группе – устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- основам коммуникативной рефлексии;
- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;
- отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Физическая культура»
4 класс

Предметные результаты:

Ученик 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;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- 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 помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- жизненно необходимому навыку плавания;
- технике основных стилей спортивного плавания, стартов поворотов;
- основам прикладного плавания;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Ученик получит возможность научиться:

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
- уважение к истории, культурным и историческим памятникам;
- эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;
- уважение к другим народам России и мира и принятие их, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.
- готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;

- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива;
- готовность к выбору профильного образования.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;
- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Познавательные УУД:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- давать определение понятиям;
- основам ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;
- структурировать тексты, включая умение выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий;
- работать с метафорами – понимать переносный смысл выражений, понимать и употреблять обороты речи, построенные на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Коммуникативные УУД:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое контекстное высказывание;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;
- работать в группе – устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- основам коммуникативной рефлексии;
- использовать адекватные языковые средства для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей;
- отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.

СОДЕРЖАНИЕ

1-й класс (99ч.)

Гимнастика с элементами акробатики

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках гимнастики. Проведение разминки на координацию движений. Вис, упоры, кувырки, перекаты, группировка, лазанье, ОРУ с предметами (обруч, гимнастическая палка, лента гимнастическая, строевые упражнения, проведение разминки на гибкость, на ловкость, на развитие силы, координации, выносливости).

Легкая атлетика

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по легкой атлетике. Проведение ОРУ, ходьба, бег, прыжки, метание, уметь выполнять разминку на развитие координации движений.

Подвижные игры

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по подвижным играм. Уметь выполнять разминку с предметами. Выполнять броски, ловлю, перебрасывания мяча индивидуально и в парах, уметь различать разновидность мячей.

Плавание

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по плаванию. Уметь выполнять разминку. Уметь имитационные и подготовительные упражнения на суше и в воде для обучения технике плавания способами кроль на груди и кроль на спине. Овладение безопасным входом (спиной к воде) и выходом из воды.

2-й класс (68ч.)

Гимнастика с элементами акробатики

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках гимнастики. Проведение разминки на координацию движений. Вис, упоры, кувырки, перекаты, группировка, лазанье, ОРУ с предметами (обруч, гимнастическая палка, лента гимнастическая, строевые упражнения, проведение разминки на гибкость, на ловкость, на развитие силы, координации, выносливости).

Легкая атлетика

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по легкой атлетике. Проведение ОРУ, ходьба, бег, прыжки, метание, уметь выполнять разминку на развитие координации движений.

Подвижные игры

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по подвижным играм. Уметь выполнять разминку с предметами. Выполнять броски, ловлю, перебрасывания мяча индивидуально и в парах, уметь различать разновидность мячей.

Плавание

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по плаванию. Уметь выполнять разминку. Уметь имитационные и подготовительные упражнения на суше и в воде для обучения технике плавания способами кроль на груди и кроль на спине. Овладение безопасным входом (спиной к воде) и выходом из воды.

3-й класс (68 ч.)

Гимнастика с элементами акробатики

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках гимнастики. Проведение разминки на координацию движений. Вис, упоры, кувырки, перекаты, группировка, лазанье, ОРУ с предметами (обруч, гимнастическая палка, лента гимнастическая, строевые упражнения, проведение разминки на гибкость, на ловкость, на развитие силы, координации, выносливости).

Легкая атлетика

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по легкой атлетике. Проведение ОРУ, ходьба, бег, прыжки, метание, уметь выполнять разминку на развитие координации движений.

Подвижные игры

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по подвижным играм. Уметь выполнять разминку с предметами. Выполнять броски, ловлю, перебрасывания мяча индивидуально и в парах, уметь различать разновидность мячей.

Плавание

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по плаванию. Уметь выполнять разминку. Уметь имитационные и подготовительные упражнения на суше и в воде для обучения технике плавания способами кроль на груди и кроль на спине. Овладение безопасным входом (спиной к воде) и выходом из воды.

4-й класс (68 ч.)

Гимнастика с элементами акробатики

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках гимнастики. Проведение разминки на координацию движений. Вис, упоры, кувырки, перекаты, группировка, лазанье, ОРУ с предметами (обруч, гимнастическая палка, лента гимнастическая, строевые упражнения, проведение разминки на гибкость, на ловкость, на развитие силы, координации, выносливости).

Легкая атлетика

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по легкой атлетике. Проведение ОРУ, ходьба, бег, прыжки, метание, уметь выполнять разминку на развитие координации движений.

Подвижные игры

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по подвижным играм. Уметь выполнять разминку с предметами. Выполнять броски, ловлю, перебрасывания мяча индивидуально и в парах, уметь различать разновидность мячей.

Плавание

Инструктаж по ОТ и ТБ на уроках по плаванию. Уметь выполнять разминку. Уметь имитационные и подготовительные упражнения на суше и в воде для обучения технике плавания способами кроль на груди и кроль на спине. Овладение безопасным входом (спиной к воде) и выходом из воды.

1 класс
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Календарно-тематическое планирование составлено для 1 классов в соответствии с тематическим планированием рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» и возрастными особенностями школьников. При составлении календарно-тематического планирования на 2023-2024 учебный год проанализированы результаты промежуточной аттестации, выявлены дефициты знаний, в связи с чем было проведено уплотнение программы в 2023-2024 году с целью выделения часов на повторение и устранение пробелов в знаниях по темам: совершенствование беговой разминки. Разучивание техники метания малого мяча на точность. Разучивание п/и «Шишки, желуди, орехи». проведение разминки с обручами. Проведение лазания и подтягивания на гимнастической скамейке. Проведение п/и «К своим флажкам». Знакомство с понятием «гигиена». Проведение разминки с малыми мячами. Метание малого мяча на точность. Разучивание п/и «лучшая фигура». Также в календарно-тематическом планировании были выделены резервные часы путем объединения однородных тем в связи с праздниками, выпадающими на рабочие дни.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 1 класса

| № урока | Номер урока в разделе/теме | Наименование темы урока | Дата по плану | Дата по факту | Домашнее задание |
|----------------|-----------------------------------|--|----------------------|----------------------|-------------------------|
| 1 | | Лёгкая атлетика Инструктаж по охране труда. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры». Что такое физическая культура. | | | |
| 2 | | Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Игра «Два мороза». | | | |
| 3 | | «Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом». . | | | |
| 4 | | Бег в чередовании с ходьбой. | | | |
| 5 | | Спортивный калейдоскоп. Сочетание различных видов ходьбы. Игра «Слушай сигнал». | | | |
| 6 | | Спортивный марафон. Обычный бег, бег с изменением направления движения. Подвижная игра «Пятнашки», | | | |
| 7 | | Бег в чередовании с ходьбой. Подвижная игра «Вызов номеров». | | | |
| 8 | | Бег из различных исходных положений, с изменением направления движения. | | | |
| 9 | | Обучение прыжка в длину с места. Подвижная игра «Два мороза». | | | |
| 10 | | Закрепления прыжка в длину с места. Игра «Слушай сигнал». | | | |
| 11 | | Подвижные игры Правила организации и проведения игр, | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | выбор одежды и инвентаря. Игра «Кошки - мышки». Игра «Вызов». | | | |
| 12 | | «Бег с преодолением препятствий». Игра «С кочки на кочку». ОРУ. Игра «Два Мороза». Развитие скоростно-силовых качеств. | | | |
| 13 | | Игра «Два Мороза». Игра «Бег сороконожек». Развитие скоростно-силовых качеств. | | | |
| 14 | | Бег по размеченным участкам дорожки. ОРУ. | | | |
| 15 | | Игра «У ребят порядок строгий». Развитие скоростно-силовых качеств. | | | |
| 16 | | Челночный бег. Игра «День и ночь». Эстафета с мячами. | | | |
| 17 | | Развитие координации. Эстафета с предметами. | | | |
| 18 | | Челночный бег. Понятие скорость бега. | | | |
| 19 | | Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин» Подвижная игра: «Кто быстрее встанет в круг?» | | | |
| 20 | | Медленный бег до 3 мин». Игра «Выше ноги от земли». | | | |
| 21 | | Режим дня и личная гигиена. | | | |
| 22 | | Эстафеты с мячами. Игра «Гуси лебеди». | | | |
| 23 | | Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». Развитие скоростно-силовых качеств. | | | |
| 24 | | Развитие скоростно-силовых качеств. | | | |
| 25 | | Подвижные игры с элементами прыжков «Удочка», « Прыгающие воробьи». | | | |
| 26 | | Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай». Развитие координации. | | | |
| 27 | | Игры на закрепление и совершенствование навыков бега (разучивание игры «К своим флажкам»). | | | |
| 28 | | Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей. Липкие пеньки, «Вызов номеров»; | | | |
| 29 | | Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках «Зайцы в огороде», «Волк во рву»; | | | |
| 30 | | Игры на закрепление и | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | совершенствование метаний на дальность и точность: (игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель»). | | | |
| 31 | | Упражнения на ловкость и координацию». Подвижная игра «Удочка». | | | |
| 32 | | Гимнастика Правила по технике безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики. Игра «Змейка». | | | |
| 33 | | Строевые упражнения; (повороты, выполнение команд); | | | |
| 34 | | Общеразвивающие упражнения с предметами, акробатические упражнения; | | | |
| 35 | | Лазанья и перелезания; (по гимнастической стенке; лазанья по наклонной скамейке, перелезания через горку матов и гимнастическую скамейку); | | | |
| 36 | | Освоение навыков равновесия;(ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через предметы, повороты); | | | |
| 37 | | Танцевальные упражнения; Игра «Вызов номеров». | | | |
| 38 | | Обучение группировки, перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. | | | |
| 39 | | Закрепление группировки, перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. | | | |
| 40 | | Обучение кувырку вперёд. Игра «День и ночь». | | | |
| 41 | | Закрепление кувырка вперёд. Игра « Карлики и великаны». | | | |
| 42 | | ГТО. Подготовка к выполнению видов ГТО. | | | |
| 43 | | Развитие скоростно-силовых качеств(ГТО). | | | |
| 44 | | Развитие гибкости(ГТО). | | | |
| 45 | | Подвижные игры на основе с/и баскетбола Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай». Развитие координации. | | | |
| 46 | | Игра «Третий лишний». Развитие выносливости. | | | |
| 47 | | Подвижные игры на закрепление и совершенствование держания, ловли и передачи мяча. «Передал - садись», «Школа мяча»; | | | |
| 48 | | Подвижные игры на закрепление | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | | и совершенствование броска и ведения мяча: «Мяч в корзину», «Попади в обруч». | | | |
| 49 | | Подвижные игры на закрепление и совершенствование развитие способностей к дифференцированию параметров движений: «У кого меньше мячей», «Передал - садись». | | | |
| 50 | | Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай». Развитие координации | | | |
| 51 | | Подвижные игры на закрепление и совершенствование развитие способностей к реакции и ориентированию в пространстве: «У кого меньше мячей», «Передал - садись». | | | |
| 52 | | Эстафеты. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств. | | | |
| 53 | | Подвижная игра на комплексное развитие координационных и кондиционных способностей: «Мини - баскетбол». | | | |
| 54 | | Подвижная игра на овладение элементарными технико – тактическими взаимодействиями: «Мини - баскетбол». | | | |
| 55 | | Закрепление подвижной игры «Мини-баскетбол». | | | |
| 56 | | Лёгкая атлетика Правила по технике безопасности на уроках физической культуры». | | | |
| 57 | | Развитие скоростных качеств. Челночный бег; | | | |
| 58 | | Бег -30м. | | | |
| 59 | | Бег с ускорением. Метание малого мяча на дальность с места. | | | |
| 60 | | Челночный бег. Метание малого мяча в цель. | | | |
| 61 | | Метание мяча на заданное расстояние. Подвижная игра: «Точный расчет». | | | |
| 62 | | Прыжки в длину с места. «Выше ноги от земли». | | | |
| 63 | | Прыжки в длину с места. «Выше ноги от земли». | | | |
| 64 | | Бег на 30 метров. Прыжки в длину с места | | | |
| 65 | | Обычный бег, бег с изменение направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. | | | |
| 66 | | Закрепление прыжков через скакалку. Метание на дальность. | | | |
| 67 | | Плавание Вводное занятие. Правила | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | | поведения и ТБ. Инструктаж по ОТ. | | | |
| 68 | | Выполнение упражнений для ознакомления с физическими свойствами воды (плотностью, вязкостью, температурой, выталкивающей силой воды). Обучение упражнениям на погружение. | | | |
| 69 | | Обучение упражнениям на всплывание и лежание на груди с неподвижной опорой. Закрепление упражнений для ознакомления с физическими свойствами воды. Закрепление упражнений на погружение. | | | |
| 70 | | Обучение упражнениям на всплывание и лежание на груди с подвижной опорой. Закрепление упражнений на всплывание и лежание на груди с неподвижной опорой. Совершенствование упражнений на погружение. | | | |
| 71 | | Обучение упражнениям на всплывание и лежание на груди без опоры. Обучение упражнениям на дыхание. Закрепление упражнений на всплывание и лежание на груди с подвижной опорой. Совершенствование упражнений на всплывание и лежание на груди с неподвижной опорой. | | | |
| 72 | | Обучение упражнениям на всплывание и лежание на спине с подвижной опорой. Закрепление упражнений на дыхание. Совершенствование упражнений на всплывание и лежание на груди с подвижной опорой. | | | |
| 73 | | Обучение упражнениям на всплывание и лежание на спине без опоры. Закрепление упражнений на всплывание и лежание на спине с подвижной опорой. Совершенствование упражнений на всплывание и лежание на груди без опоры. Совершенствование упражнений на дыхание. | | | |
| 74 | | Игровое занятие. | | | |
| 75 | | Обучение скольжению на груди с подвижной опорой. Закрепление упражнений на всплывание и лежание на груди и спине без опоры. | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| 76 | | Обучение скольжению на груди без опоры. Закрепление скольжению на груди с подвижной опорой. Совершенствование упражнений на всплывание и лежание на груди и спине. | | | |
| 77 | | Обучение техники работы ног кролем на груди с неподвижной опорой. Закрепление скольжения на груди без опоры. Совершенствование скольжения на груди с подвижной опорой. | | | |
| 78 | | Обучение техники работы ног кролем на груди с подвижной опорой. Закрепление техники работы ног кролем на груди с неподвижной опорой. Совершенствование скольжения на груди без опоры. | | | |
| 79 | | Обучение техники работы ног кролем на груди без опоры. Закрепление техники работы ног кролем на груди с подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног кролем на груди с неподвижной опорой. | | | |
| 80 | | Обучение скольжению и работе ног на спине с подвижной опорой. Закрепление техники работы ног кролем на груди без опоры. Совершенствование техники работы ног кролем на груди с подвижной опорой. | | | |
| 81 | | Обучение скольжению и работе ног на спине без опоры. Закрепление скольжения и работы ног на спине с подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног кролем на груди без опоры. | | | |
| 82 | | Игровое занятие. | | | |
| 83 | | Закрепление скольжения и работы ног на спине без опоры. Совершенствование скольжения и работы ног на спине с подвижной опорой. Совершенствование работы ног кролем на груди. | | | |
| 84 | | Совершенствование скольжения и работы ног на спине без опоры. Совершенствование скольжения и работы ног на спине с подвижной опорой. Совершенствование работы ног кролем на груди. | | | |
| 85 | | Обучение технике работы рук в способе кроль на спине с | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 86 | | Обучение технике работы рук в способе кроль на спине с подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 87 | | Обучение технике работы рук в способе кроль на спине без опоры. Закрепление техники работы рук в способе кроль на спине с подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 88 | | Обучение технике работы рук в способе кроль на спине без опоры. Закрепление техники работы рук в способе кроль на спине с подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 89 | | Закрепление техники работы рук в способе кроль на спине без опоры. Совершенствование техники работы рук в способе кроль на спине с подвижной опорой. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 90 | | Совершенствование техники плавания способом кроль на спине. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 91 | | Игровое занятие. | | | |
| 92 | | Обучение плаванию на боку. Совершенствование техники плавания способом кроль на спине. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 93 | | Обучение плаванию на боку. Совершенствование техники плавания способом кроль на спине. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 94 | | Обучение боковому вдоху. Закрепление техники плавания на боку. Совершенствование техники плавания способом кроль | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | на спине. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 95 | | Обучение боковому вдоху. Закрепление техники плавания на боку. Совершенствование техники плавания способом кроль на спине. Совершенствование техники работы ног в способах кроль на груди и спине. | | | |
| 96 | | Обучение упражнению «вертушка». Закрепление бокового вдоха. Совершенствование техники плавания на боку. | | | |
| 97 | | Обучение упражнению «вертушка». Закрепление бокового вдоха. Совершенствование техники плавания на боку. | | | |
| 98 | | Закрепление упражнения «вертушка». Совершенствование бокового вдоха. Совершенствование техники плавания на боку. | | | |
| 99 | | Игровое занятие. | | | |

2 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Календарно-тематическое планирование составлено для 2 классов в соответствии с тематическим планированием рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» и возрастными особенностями школьников. При составлении календарно-тематического планирования на 2023-2024 учебный год проанализированы результаты промежуточной аттестации, выявлены дефициты знаний, в связи с чем было проведено уплотнение программы в 2023-2024 году с целью выделения часов на повторение и устранение пробелов в знаниях по темам: совершенствование беговой разминки. Разучивание техники метания малого мяча на точность, проведение разминки с обручами, проведение лазания и подтягивания на гимнастической скамейке. Знакомство с понятием «гигиена». Проведение разминки с малыми мячами. Метание малого мяча на точность. Также в календарно-тематическом планировании были выделены резервные часы путем объединения однородных тем в связи с праздниками, выпадающими на рабочие дни.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 2 класса

| № урока | Номер урока в разделе/теме | Наименование темы урока | Дата по плану | Дата по факту | Домашнее задание |
|---------|----------------------------|---|---------------|---------------|------------------|
| 1 | | Лёгкая атлетика. Древние Олимпийские игры. <i>Инструктаж по ТБ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей.</i> | | | |
| 2 | | Современная история Олимпийских игр. Общая разминка. <i>Игра «Команда быстроногих». Развитие скоростных</i> | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | | <i>способностей.</i> | | | |
| 3 | | Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. | | | |
| 4 | | Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча. <i>Бег с максимальной скоростью (30 м). Игра «Белые медведи</i> | | | |
| 5 | | Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. <i>Метание малого мяча с места на дальность. Бег с максимальной скоростью (60 м).</i> | | | |
| 6 | | Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. | | | |
| 7 | | Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол). Инструктаж по Т.Б. | | | |
| 8 | | Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол). | | | |
| 9 | | Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол). | | | |
| 10 | | Спортивные эстафеты с гимнастическим предметом (мячи). <i>Развитие скоростно-силовых способностей.</i> | | | |
| 11 | | Спортивные эстафеты с гимнастическим предметом (мячи). <i>Игры «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки». Развитие скоростно-силовых способностей.</i> | | | |
| 12 | | Гимнастика. 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. | | | |
| 13 | | 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. | | | |
| 14 | | Приставные шаги в сторону и повороты. Прыжки: ноги вместе (с прямыми и с согнутыми коленями), разножка на сорок пять и девяносто градусов (вперёд и в сторону). | | | |
| 15 | | Освоение универсальных умений при | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | выполнении организующих команд и строевых упражнений: построение и перестроение в одну, две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью | | | |
| 16 | | Освоение техники поворотов в обе стороны на сто восемьдесят и триста шестьдесят градусов на одной ноге (попеременно), техники выполнения серии поворотов колено вперёд, в сторону, поворот «казак», нога вперёд горизонтально. | | | |
| 17 | | Освоение техники выполнения упражнений общей разминки с контролем дыхания: гимнастический бег вперёд, назад, приставные шаги на полной стопе вперёд с движениями головой в стороны («индюшонок»), шаги в полном приседе («гусиный шаг»), небольшие прыжки в полном приседе («мячик»), шаги с наклоном туловища вперёд до касания грудью бедра («цапля»), приставные шаги в сторону с наклонами («качалка»), наклоны туловища вперёд, попеременно касаясь прямых ног животом, грудью («складочка»). | | | |
| 18 | | Повторение и освоение новых упражнений основной гимнастики для формирования и развития опорно-двигательного аппарата, включая: упражнения для формирования стопы, укрепления мышц стопы, развития гибкости и подвижности суставов, упражнения для развития эластичности мышц ног и формирования выворотности стоп, упражнения для укрепления мышц ног, рук, упражнения для увеличения подвижности тазобедренных, коленных и голеностопных суставов. | | | |
| 19 | | Освоение упражнений: кувырок вперёд, назад, шпагат, колесо, мост из положения сидя, стоя и вставание из положения мост. | | | |
| 20 | | Удержание скакалки. Вращение кистью руки скакалки, сложенной вдвое, перед собой, ловля скакалки. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. | | | |
| 21 | | Высокие прыжки вперёд через скакалку с двойным махом вперёд. Игровые задания со скакалкой. | | | |
| 22 | | Игровые задания, в том числе с мячом и скакалкой. | | | |
| 23 | | Баскетбол. Подвижные игры с техническими | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | | приёмами спортивных игр (баскетбол). Инструктаж по Т.Б. | | | |
| 24 | | Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол,). | | | |
| 25 | | Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол). | | | |
| 26 | | Лёгкая атлетика. Разминка у опоры. Наклоны туловища вперёд, назад и в сторону в опоре на полной стопе и на носках. <i>Игра «Что изменилось?»</i> . Развитие координационных способностей. | | | |
| 27 | | Освоение упражнений для укрепления голеностопных суставов, развития координации и увеличения эластичности мышц: стоя лицом к гимнастической стенке (колени прямые, туловище и голова прямо, плечи опущены, живот и таз подтянуты, руки в опоре на гимнастической стенке на высоте талии, локти вниз), полуприсед (колени вперёд, вместе) – вытянуть колени – подняться на полупальцы – опустить пятки на пол в исходное положение. | | | |
| 28 | | Освоение техники выполнения прыжков толчком с одной ноги вперёд, с поворотом на девяносто и сто восемьдесят градусов в обе стороны. Комбинации упражнений. | | | |
| 29 | | Освоение упражнений для укрепления мышц спины и брюшного пресса («берёзка»), упражнения для укрепления мышц спины («рыбка», «коробочка»), упражнения для укрепления брюшного пресса («уголок»), упражнения для укрепления мышц спины и увеличения их эластичности («киска»), упражнения для развития гибкости: отведение ноги назад стоя на колене (махи назад) поочередно правой и левой ногой, прямые ноги разведены в стороны, наклоны туловища попеременно к каждой ноге, руки вверх, прижаты к ушам («коромысло»), упражнение для укрепления мышц живота, развития координации, укрепления мышц бедер («неваляшка»). | | | |
| 30 | | Освоение упражнений на развитие силы: сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу. | | | |
| 31 | | Спортивные эстафеты с мячом. | | | |
| 32 | | Спортивные эстафеты с мячом. | | | |
| 33 | | <i>Бег на результат (30, 60 м)</i> . Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол). | | | |
| 34 | | <i>Метание малого мяча с места на</i> | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| | | <i>дальность и на заданное расстояние.</i> Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (футбол). | | | |
| 35 | | Плавание. Вводное занятие. Правила поведения и ТБ. Инструктаж по ОТ. | | | |
| 36 | | Повторение упражнений на всплытие. Повторение техники движения ног кролем на спине с опорой. | | | |
| 37 | | Обучение технике движения ног кр. н/сп (с опорой), в положении «одна рука вверху, другая внизу». | | | |
| 38 | | Закрепление техники движения ног кр. н/сп (с опорой), в положении «одна рука вверху, другая внизу». | | | |
| 39 | | Совершенствование техники движения ног кр. н/сп (без опоры), в положении «одна рука вверху, другая внизу». | | | |
| 40 | | Обучение технике движения ног кр. н/сп, в положении «стрелочка». Обучение основам выполнения старта из воды. | | | |
| 41 | | Закрепление техники движения ног кр. н/сп, в положении «стрелочка». Закрепление основ выполнения старта из воды. | | | |
| 42 | | Совершенствование техники движения ног кр. н/сп, в положении «стрелочка». Совершенствование основ выполнения старта из воды. Свободное плавание. | | | |
| 43 | | Обучение технике движения рук способом кр. н/сп из И.П. «руки внизу». Совершенствование техники движения ног способом кр. н/сп. | | | |
| 44 | | Обучение выполнения старта из воды. Закрепление техники движения рук способом кр. н/сп из И.П. «руки внизу». | | | |
| 45 | | Закрепление выполнения старта из воды. Совершенствование техники движения рук способом кр. н/сп из И.П. «руки внизу». | | | |
| 46 | | Совершенствование выполнения старта из воды. Совершенствование техники движения рук способом кр. н/сп из И.П. «руки внизу». | | | |
| 47 | | Обучение технике движения рук способом кр. н/сп из И.П. «одна рука вверху, другая внизу». Повторение техники движения ног кр. н/г. | | | |
| 48 | | Закрепление техники движения рук способом кр. н/сп из И.П. «одна рука вверху, другая внизу». Совершенствование техники движения ног кр. н/г. | | | |
| 49 | | Совершенствование техники движения | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | рук способом кр. н/сп из И.П. «одна рука вверху, другая внизу». Совершенствование техники движения ног кр. н/г. | | | |
| 50 | | Совершенствование выполнения старта из воды. Свободное плавание. | | | |
| 51 | | Обучение плаванию на боку. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 52 | | Закрепление плавания на боку. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 53 | | Совершенствование плавания на боку. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 54 | | Обучение боковому вдоху. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 55 | | Обучение упражнению «вертушка». Закрепление бокового вдоха. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 56 | | Совершенствование бокового вдоха. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 57 | | Закрепление упражнения «вертушка». Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 58 | | Совершенствование упражнения «вертушка». Совершенствование плавания кр. н/сп. Свободное плавание. | | | |
| 59 | | Совершенствование упражнения «вертушка». Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 60 | | Совершенствование выполнения старта из воды. | | | |
| 61 | | Совершенствование плавания кр. н/сп. Совершенствование бокового вдоха. | | | |
| 62 | | Обучение технике движения рук кр. н/г на задержке дыхания. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 63 | | Закрепление техники движения рук кр. н/г на задержке дыхания. Совершенствование бокового вдоха. | | | |
| 64 | | Совершенствование техники движения рук кр. н/г на задержке дыхания. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 65 | | Обучение технике движения рук кр. н/г с фронтальным вдохом. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 66 | | Закрепление техники движения рук кр. н/г с фронтальным вдохом. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 67 | | Совершенствование техники движения рук кр. н/г с фронтальным вдохом. Совершенствование плавания кр. н/сп. | | | |
| 68 | | Игровое занятие. | | | |

3 класс
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Календарно-тематическое планирование составлено для 3 классов в соответствии с тематическим планированием рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» и возрастными

особенностями школьников. При составлении календарно-тематического планирования на 2023-2024 учебный год проанализированы результаты промежуточной аттестации, выявлены дефициты знаний, в связи с чем было проведено уплотнение программы в 2023-2024 году с целью выделения часов на повторение и устранение пробелов в знаниях по темам: совершенствование беговой разминки. Разучивание техники метания малого мяча на точность, проведение разминки с обручами, проведение лазания и подтягивания на гимнастической скамейке. Знакомство с понятием «гигиена». Проведение разминки с малыми мячами. Метание малого мяча на точность. Также в календарно-тематическом планировании были выделены резервные часы путем объединения однородных тем в связи с праздниками, выпадающими на рабочие дни.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 3 класса

| № урока | Номер урока в разделе/теме | Наименование темы урока | Дата по плану | Дата по факту | Домашнее задание |
|---------|----------------------------|--|---------------|---------------|------------------|
| 1 | | Лёгкая атлетика. История развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. Инструктаж по Т.Б. во время занятий. Игра «Пустое место». | | | |
| 2 | | История появления современного спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Бег на результат (30, 60 м). | | | |
| 3 | | Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. | | | |
| 4 | | Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. | | | |
| 5 | | Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. | | | |
| 6 | | Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег. Игра «Команда быстроногих». | | | |
| 7 | | Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением. Игра «Белые медведи». | | | |
| 8 | | Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: максимальной скоростью на дистанции 30 м. Игра «Смена сторон». Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. | | | |
| 9 | | Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу. Инструктаж по Т.Б. | | | |
| 10 | | Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу. | | | |
| 11 | | Гимнастика. Строевые упражнения в движении противходом, перестроении из колонны | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. | | | |
| 12 | | Упражнения в лазании по канату в три приёма. | | | |
| 13 | | Упражнения в лазании по канату в три приёма. | | | |
| 14 | | Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. | | | |
| 15 | | Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком. | | | |
| 16 | | Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, | | | |
| 17 | | Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. | | | |
| 18 | | Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. | | | |
| 19 | | Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька. | | | |
| 20 | | Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька. | | | |
| 21 | | Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Инструктаж по Т.Б. | | | |
| 22 | | Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. | | | |
| 23 | | Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | ловля и передача баскетбольного мяча. | | | |
| 24 | | Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | | | |
| 25 | | Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | | | |
| 26 | | Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. | | | |
| 27 | | Лёгкая атлетика. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: максимальной скоростью на дистанции 30 м. | | | |
| 28 | | Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: максимальной скоростью на дистанции 60 м. | | | |
| 29 | | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Игра «Зайцы в огороде». | | | |
| 30 | | Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Игра «Дальние броски». | | | |
| 31 | | Беговые упражнения скоростной и координационной направленностью: бег с преодолением препятствий. | | | |
| 32 | | Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу. Инструктаж по Т.Б. | | | |
| 33 | | Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу. | | | |
| 34 | | Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу. | | | |
| 35 | | Плавание. Вводное занятие. Правила поведения и ТБ. Инструктаж по ОТ. | | | |
| 36 | | Повторение техники плавания кролем на спине | | | |
| 37 | | Повторение техники плавания кролем на груди. | | | |
| 38 | | Обучение технике выполнения старта при плавании кролем на спине. Совершенствование техники плавания кролем на спине. | | | |
| 39 | | Закрепление техники выполнения старта при плавании кролем на спине. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | | | |
| 40 | | Совершенствование техники выполнения старта при плавании кролем на спине. Совершенствование плавания на боку. | | | |
| 41 | | Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | Совершенствование техники плавания способом кроль на спине. | | | |
| 42 | | Игровое занятие. | | | |
| 43 | | Совершенствование техники движения рук способом кр. н/г. Совершенствование техники движения ног способом кр. н/г. | | | |
| 44 | | Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | | | |
| 45 | | Обучение техники выполнения «спадов» с бортика. Совершенствование плавания на боку. | | | |
| 46 | | Закрепление техники выполнения «спадов» с бортика. Совершенствование техники плавания кролем на спине. | | | |
| 47 | | Совершенствование техники выполнения «спадов» с бортика. | | | |
| 48 | | Совершенствование техники плавания способом кроль на груди Обучение техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 49 | | Совершенствование техники плавания способом кр. н/сп. Закрепление техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 50 | | Игровое занятие | | | |
| 51 | | Совершенствование техники выполнения плоского поворота. Совершенствование техники плавания способом кр. н/сп. | | | |
| 52 | | Обучение техники выполнения старта с бортика. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 53 | | Закрепление техники выполнения старта с бортика. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 54 | | Совершенствование техники выполнения старта с бортика. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 55 | | Обучение прохождению дистанции 50м (н/г+н/сп). Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 56 | | Закрепление прохождения дистанции 50м (н/г+н/сп). Совершенствование техники плавания кролем н/сп. | | | |
| 57 | | Совершенствование прохождения дистанции 50м (н/г+н/сп). Совершенствование техники плавания кролем н/сп. | | | |
| 58 | | Совершенствование техники | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | прохождения дистанции кролем н/сп. | | | |
| 59 | | Совершенствование техники прохождения дистанции кролем н/г. | | | |
| 60 | | Игровое занятие. | | | |
| 61 | | Обучение техники движения ног брасс на спине. Совершенствование плавания кролем на спине. | | | |
| 62 | | Закрепление техники движения ног способом брасс на спине. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 63 | | Совершенствование техники движения ног способом брасс на спине. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 64 | | Совершенствование техники движения ног способом брасс на спине. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 65 | | Совершенствование техники прохождения дистанции кролем н/г. | | | |
| 66 | | Совершенствование техники прохождения дистанции кролем н/сп. | | | |
| 67 | | Совершенствование техники плавания способом кроль на груди и кроль на спине. Совершенствование техники выполнения плоского поворота | | | |
| 68 | | Игровое занятие. | | | |

4 класс

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Календарно-тематическое планирование составлено для 4 классов в соответствии с тематическим планированием рабочей программы по учебному предмету «Физическая культура» и возрастными особенностями школьников. При составлении календарно-тематического планирования на 2023-2024 учебный год проанализированы результаты промежуточной аттестации, выявлены дефициты знаний, в связи с чем было проведено уплотнение программы в 2023-2024 году с целью выделения часов на повторение и устранение пробелов в знаниях по темам: Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра. Развитие скоростно-силовых качеств, Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей, Бег (6 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег – 80 м, ходьба – 90 м). Игра «Волк во ров». Развитие выносливости. Также в календарно-тематическом планировании были выделены резервные часы путем объединения однородных тем в связи с праздниками, выпадающими на рабочие дни.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 4 класса

| № урока | Номер урока в разделе/теме | Наименование темы урока | Дата по плану | Дата по факту | Домашнее задание |
|---------|----------------------------|--|---------------|---------------|------------------|
| 1 | | Лёгкая атлетика. Истории развития физической культуры в России. Инструктаж по Т.Б. Игра «Команда быстроногих». | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| 2 | | Лёгкая атлетика. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. | | | |
| 3 | | Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение (30,60 м). Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. | | | |
| 4 | | Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: стартовое ускорение, финиширование (30,60 м). Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. | | | |
| 5 | | Метание малого мяча на дальность стоя на месте. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО. Игра «Дальние броски». | | | |
| 6 | | Метание малого мяча на дальность стоя на месте на результат. | | | |
| 7 | | Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. | | | |
| 8 | | Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: максимальной скоростью на дистанции 30 м. Игра «Смена сторон» | | | |
| 9 | | Прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге. | | | |
| 10 | | Гимнастика с основами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. | | | |
| 11 | | Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. | | | |
| 12 | | Упражнения ритмической гимнастики (галоп и полька) | | | |
| 13 | | Упражнения ритмической гимнастики (галоп и полька) под музыкальное сопровождение. | | | |
| 14 | | Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. | | | |
| 15 | | Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). | | | |
| 16 | | Волейбол: нижняя боковая подача. Инструктаж по Т.Б. | | | |
| 17 | | Волейбол: нижняя боковая подача. | | | |
| 18 | | Волейбол: приём и передача мяча сверху. | | | |
| 19 | | Волейбол: приём и передача мяча сверху. | | | |
| 20 | | Волейбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| 21 | | Волейбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. | | | |
| 22 | | Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места. | | | |
| 23 | | Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места. | | | |
| 24 | | Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места. | | | |
| 25 | | Баскетбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. | | | |
| 26 | | Баскетбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. | | | |
| 27 | | Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. | | | |
| 28 | | Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. | | | |
| 29 | | Футбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. | | | |
| 30 | | Футбол: выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. | | | |
| 31 | | Лёгкая атлетика Метание малого мяча на дальность стоя на месте. Игра «Белые медведи». | | | |
| 32 | | Метание малого мяча на дальность стоя на месте на результат. Игра «Белые медведи». | | | |
| 33 | | Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги | | | |
| 34 | | Прыжки в длину с разбега способом согнув ноги | | | |
| 35 | | Плавание. Вводное занятие. Правила поведения и ТБ. Инструктаж по ОТ. | | | |
| 36 | | Повторение техники плавания кролем на спине | | | |
| 37 | | Повторение техники плавания кролем на груди. | | | |
| 38 | | Повторение техники выполнения старта при плавании кролем на спине. Совершенствование техники плавания кролем на спине. | | | |
| 39 | | Закрепление техники выполнения старта при плавании кролем на спине. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | | | |
| 40 | | Совершенствование техники выполнения старта при плавании кролем на спине. Совершенствование плавания на боку. | | | |
| 41 | | Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| | | Совершенствование техники плавания способом кроль на спине. | | | |
| 42 | | Игровое занятие. | | | |
| 43 | | Обучение технике движения рук способом брасс. Совершенствование техники плавания кролем на спине. | | | |
| 44 | | Закрепление техники движения рук способом брасс. Совершенствование техники плавания способом кроль на груди. | | | |
| 45 | | Совершенствование техники движения рук способом брасс. Совершенствование плавания на боку. | | | |
| 46 | | Совершенствование техники плавания кролем на спине. Совершенствование техники движения рук способом брасс. | | | |
| 47 | | Совершенствование техники плавания кролем на спине. Совершенствование техники выполнения плоского поворота | | | |
| 48 | | Совершенствование техники движения руки брасс. Совершенствование техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 49 | | Совершенствование техники движения руки брасс. Совершенствование техники выполнения плоского поворота | | | |
| 50 | | Игровое занятие | | | |
| 51 | | Обучение технике движения ног способом брасс. Совершенствование плавания кролем на спине. | | | |
| 52 | | Закрепление техники движения ног способом брасс. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 53 | | Совершенствование техники движения ног способом брасс. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 54 | | Совершенствование техники движения ног способом брасс. Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 55 | | Обучение техники плавания брассом в полной координации. Совершенствование техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 56 | | Закрепление техники плавания брассом в полной координации Совершенствование техники выполнения плоского поворота. | | | |

| | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|
| 57 | | Совершенствование техники плавания брассом в полной координации. Совершенствование техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 58 | | Совершенствование техники плавания брассом в полной координации. Совершенствование техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 59 | | Совершенствование техники плавания кролем на груди. Совершенствование выполнения старта с тумбочки. | | | |
| 60 | | Игровое занятие. | | | |
| 61 | | Обучение техники выполнения поворота «маятник». Совершенствование плавания кролем на спине. | | | |
| 62 | | Закрепление техники выполнения поворота «маятник». Совершенствование техники плавания кролем на груди. | | | |
| 63 | | Совершенствование техники выполнения поворота «маятник». Совершенствование техники плавания брассом. | | | |
| 64 | | Совершенствование техники выполнения поворота «маятник». Совершенствование техники плавания брассом. | | | |
| 65 | | Совершенствование техники плавания кролем на груди. Совершенствование техники выполнения плоского поворота. | | | |
| 66 | | Совершенствование пройденного материала. | | | |
| 67 | | Совершенствование пройденного материала. | | | |
| 68 | | Игровое занятие. | | | |