

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 11 г. Челябинска»**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА учебного предмета

Предмет: Физическая культура

Уровень: Начальное общее образование

Программа (название): Физическая культура 1-4

Программа составлена на основе: Федеральной рабочей программы по физической культуре (Федеральная основная образовательная программа основного начального образования, утверждена приказом Министерства просвещения РФ от 18.05.2023 г. №370)

Рассмотрено и одобрено Методическим советом
МБОУ «Лицей № 11 г. Челябинска»
Протокол № 1 от 30 августа 2024г.

Пояснительная записка

Преподавание предмета «**Физическая культура**» определяется нормативными документами и методическими рекомендациями:

1.1 Нормативные документы

Федеральный уровень

1.Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции).

2.Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».

3.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021г. №115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.12.2020 №766 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения РФ от 20 мая 2020г. № 254».

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2020г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования». «Межотраслевая программ развития школьного спорта до 2024 года».

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.05.2021г. №241 «Об утверждении Порядка разработки примерных основных общеобразовательных программ, проведения их экспертизы и ведения реестра примерных основных общеобразовательных программ» (Зарегистрирован 16.06.2021 №63889).

7. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020г. №28).

8. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 г. № 544н (в ред. Приказа Минтруда России от 05.08.2016г. № 422н, с изменениями, внесенными Приказом Минтруда России от 25.12.2014г. № 1115н) «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)» (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 г. № 30550). //http://www.consultant.ru/; http://www.garant.ru/

9. Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1015 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 13.12.2013г. № 1342, от 28.05.2014 г. №598, от 17.07.2015г. № 734) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013г. № 30067)»//http://www.consultant.ru/; http://www.garant.ru/

10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 г. № 26 (ред. от 25.12.2013 г.) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации

обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 г. № 38528) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 г. № 699 «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих издание учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 04.07.2016 г. № 42729) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

12. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО)» (в ред. Постановлений Правительства РФ от 30.12.2015г. № 1508, от 26.01.2017г. №79, от 06.03.2018г. № 231) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

Региональный уровень

1. Концепция (обновленной) региональной системы оценки качества образования (Челябинская область)» (утверждена приказом Министерства образования и науки Челябинской области от 21.09.2020 г. № 01/1958).

2. Концепция профориентационной деятельности муниципальной образовательной системы города Челябинска «Новые педагогические инструменты профессиональной ориентации обучающихся» (утверждена Комитетом по делам образования г. Челябинска от 02.09.2018г. №1837-у).

3. Концепция информационной политики в системе образования Челябинской области как стратегия развития информатизации управления качеством образования (утверждена приказом Министерства образования и науки Челябинской области от 18.12.2018г. №03/3669).

1.2 Нормативные документы, обеспечивающие реализацию Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, ФООП ООО

Федеральный уровень

1. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 г. №732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413».

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 г. №1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования».

3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014г. № 1644, от 31.12.2015г. № 1577) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 01.02.2011 г. № 19644) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014г. №1644, от 31.12.2015г. № 1578, от 29.06.2017г. № 613) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (Зарегистрирован Минюстом России 07.06.2012 г. № 24480) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>

5.Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.12.2014г. №1645 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 9 февраля 2015г. Регистрационный №35953 (с 23.02.2015 года).

6.Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)» (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 г. № 35850).

Методические материалы

1.Примерная основная образовательная программа начального образования//<http://fgosreestr.ru/>

2.Методические рекомендации по поддержке деятельности работников физической культуры, педагогических работников, студентов образовательных организаций высшего образования и волонтеров, связанной с поэтапным внедрением Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) в субъектах Российской Федерации (утвержден Минобрнауки России, Минспортом России 31.10.2014 г.).

3.Письмо Департамента государственной политики в сфере защиты прав детей Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.08.2016г. № 07-3517 «Об учебниках для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

4.Методические рекомендации для педагогических работников образовательных организаций по реализации Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» / <http://ipk74.ru/news>.

5.Информационно-методические материалы о Федеральном законе от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» для учащихся 8-11 классов / <http://ipk74.ru/news>.

Региональный уровень

1.Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 27.06.2016г. № 03/5697 «О направлении рекомендаций о внутренней системе оценки качества образования в общеобразовательных организациях Челябинской области» www.ipk74.ru

2.Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 20.06.2016г. № 03/5409 «О направлении методических рекомендаций по вопросам организации текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся» www.ipk74.ru

3.Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 27.10.2017г. № 1213/10414 «О направлении рекомендаций по организации образовательной деятельности с детьми с ограниченными возможностями здоровья, в том числе с детьми-инвалидами, в условиях инклюзивного образования в общеобразовательных организациях по образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» www.ipk74.ru

4.Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 29.08.2017г. № 1213/7933/1 «О направлении методических рекомендаций по формированию и реализации рабочих программ курсов внеурочной деятельности и дополнительных общеразвивающих программ» www.ipk74.ru

5.Письмо Министерства образования и науки Челябинской области от 11.09.2015г. № 03-02/7732 «О направлении рекомендаций по вопросам разработки и реализации адаптированных образовательных программ в общеобразовательных организациях»

6.Методические рекомендации по учету национальных, региональных и этнокультурных особенностей при разработке общеобразовательными учреждениями

основных образовательных программ начального, основного, среднего общего образования / В. Н. Кеспикив, М. И. Солодкова, Е. А. Тюрина, Д. Ф. Ильясов, Ю. Ю. Баранова, В. М. Кузнецов, Н. Е. Скрипова, А. В. Кисляков, Т. В. Соловьева, Ф. А. Зуева, Л. Н. Чипышева, Е. А. Солодкова, И. В. Латыпова, Т. П. Зуева; Мин-во образования и науки Челяб. обл.; Челяб. ин-т переподгот. и повышения квалификации работников образования. – Челябинск: ЧИППКРО, 2013. – 164 с.

Рабочая программа по учебному предмету составлена на основании

Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов \под редакцией В.И.Лях, А.А. Зданевич, Москва, «Просвещение», 2016г./ и Примерной программы по учебному предмету.

Методических писем «Об особенностях преподавания учебных предметов по образовательным программам в соответствии с обновленными ФГОС ООО и ФОП ООО в 2023/2024 учебном году» Минобрнауки Челябинской области №5473 25.05.2023г.

Методических писем «Об особенностях преподавания учебных предметов по образовательным программам в соответствии с обновленными ФГОС СОО и ФОП СОО в 2023/2024 учебном году» Минобрнауки Челябинской области №5474 25.05.2023г.

Учебного плана МБОУ «Лицей №11 г. Челябинска» на 2024/2025 учебный год.

Информационные ресурсы, обеспечивающие методическое сопровождение образовательного процесса по предмету «Физическая культура»

В своей работе педагог использует ресурсы, размещенные на информационно-консультационном портале ФЦПРО (<http://fgos74.ru/>), Центра методической и технической поддержки внедрения ИКТ в деятельность ОУ и обеспечения доступа к образовательным услугам и сервисам (<http://ikt.ipk74.ru/>), а также материалы виртуального методического кабинета (<http://ipk74.ru/virtualcab>) официального сайта ГБОУ ДПО ЧИППКРО (<http://ipk74.ru/>).

В образовательной деятельности необходимо использовать следующие сайты:

- сайт учителей физической культуры «Физкультура на 5»(<http://fizkultura-na5.ru/>);
- учительский портал (<http://www.uchportal.ru>);
- журнал «Спорт в школе» Издательский дом «Первое сентября» (<http://spo.1september.ru>);
- журнал «Физическая культура в школе» Издательство «Школьная пресса» (<http://www.schoolpress.ru>);
- научно-методический журнал Российской Академии Образования Российского государственного университета физической культуры, спорта, молодежи и туризма «Физическая культура: воспитание, образование, тренировка» » (<http://www.teoriya.ru>).

Открытая образовательная среда, где могут получить знания все желающие в проекте «Российская электронная школа» (<http://resh.edu.ru>) (РЭШ). РЭШ включает библиотеку уроков в России, а также видео, тексты, рисунки, методические материалы, тесты, фильмы, которые используются при проектировании уроков. Задачи РЭШ: - повысить качество образования школьников; -освоение новых методик учителем; -реализовывать график индивидуального обучения; -включать новые технологии в образовательную деятельность; -использовать образовательный потенциал регионов. Учителю необходимо использовать следующие материалы РЭШ: - конспекты уроков; - видеоуроки по всем разделам программы; -упражнения и задачи; -проверочные задания; - методические рекомендации; -тестовые материалы.

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения 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.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Физическая культура активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом. Качественное образование в части физического воспитания, физической культуры детей младшего школьного возраста определяет образ жизни на многие годы.

Принимая во внимание главную цель развития отечественной системы школьного образования и необходимость решения выше названных задач образования учащихся 1-4 классов в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса; педагогика сотрудничества, деятельностный подход; интенсификация и оптимизация; соблюдение дидактических правил; расширение межпредметных связей.

Принцип **демократизации** в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей; построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем двигательных и психических способностей; изменении сути педагогических отношений, переход от подчинения к сотрудничеству. **Гуманизация** педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Она строится в соответствии с наличным опытом и уровнем достижений школьников, их интересов и склонностей. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это переход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний,

умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и

развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

2 Планируемые результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

– становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;

– формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

– проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

– уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

– стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

– проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в 1 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

– находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;

– устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;

– сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;

– выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

–воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

–высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

–управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;

–обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

–выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;

–выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;

–проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

–К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

–характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;

–понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;

–выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;

–обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;

–вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

–объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);

–исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;

–делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

–соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);

–выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;

–взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;

–контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в 3 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

– понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;

– объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культуры;

– понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;

– обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;

– вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

– организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;

– правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;

– активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;

– делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

– контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;

– взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;

– оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в 4 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

– сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

– выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;

– объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

– взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

– использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;

– оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

– выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

– самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой,

проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты

1 класс

К концу обучения в 1 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 класс

К концу обучения во 2 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
- измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
- выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом, спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 класс

К концу обучения в 3 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;

–демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;

–измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;

–выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;

–выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;

–выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;

–передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;

–демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;

–демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;

–выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;

–передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;

–выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах);

–выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 класс

К концу обучения в 4 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

–объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

–осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

–приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

–приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;

–проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

–демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);

–демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;

–демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;

–выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;

–выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;

–выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол в условиях игровой деятельности;

–выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать простоты в их показателях.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).

Тематическое планирование включает перечень разделов и тем с указанием количества часов на изучение каждой темы, а также фиксируется возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов (далее – ЭОР), допущенных к использованию при реализации основных общеобразовательных программ, и доступ к которым предоставляет ФГИС «Моя школа»¹.

¹ Постановление Правительства РФ от 13 июля 2022 г. №1241 «О федеральной государственной информационной системе «Моя школа»

3. Содержание учебного предмета «Физическая культура»

Таблица 1

Содержание учебного предмета «Физическая культура» 1 класс

Программный материал	1 триместр	2 триместр	3 триместр	Учебный год
Лёгкая атлетика	8		7	15
Оценка уровня физических кондиций	2		2	4
Подвижные игры	6		13	19
Гимнастика с элементами акробатики	4	12		16
Лыжная подготовка		8	4	12
Всего	20	20	26	66
Модуль фитнес-аэробика				
Шейпинг.				
Партнерский тренаж.				
Оздоровительная аэробика.				
Танцевальные стили и направления.				
Всего	10	10	13	33
Основы знаний о физической культуре	В процессе урока			
Итого	30	30	33	99

Таблица 2

Распределение учебного времени на НРЭО 1 класс

№	Программный материал	Количество часов /уроков/	Урок №
1.	Легкая атлетика	6	4,5,6, 55,56,57
2.	Лыжная подготовка	4	33,34,35,36
Итого		10	4,5,6, 55,56,57, 33,34,35,36

Таблица 3

Распределение учебного времени на различные виды программного материала для 1 класса

№	Вид программного материала	Количество часов (уроков)		
		Базовая часть	Вариативная часть	Итого
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока		
2	Лёгкая атлетика	11	4	15
3	Оценка уровня физических кондиций	4		4
3	Подвижные игры	15	4	19
4	Гимнастика с элементами акробатики	14	4	16
5	Лыжная подготовка	12		12
6	Фитнес-аэробика		33	33
Итого		54	45	99

Количество часов: по программе: 99 часов; в неделю – 3 часа.

Распределение учебного времени на НРЭО 2-4 класс

Программный материал	1 триместр	2 триместр	3 триместр	Учебный год
Лёгкая атлетика	8		8	16
Оценка уровня физических кондиций	2		2	4
Подвижные игры	6		14	20
Гимнастика с элементами акробатики	4	12		16
Лыжная подготовка		8	4	12
Всего	20	20	28	68
Модуль фитнес-аэробика				
Шейпинг.				
Партнерский тренаж.				
Оздоровительная аэробика.				
Танцевальные стили и направления.				
Всего	10	10	14	34
Основы знаний о физической культуре	В процессе урока			
Итого	30	30	42	102

Таблица 5

Распределение учебного времени на НРЭО 2-4 класс

№	Программный материал	Количество часов /уроков/	Урок №
3.	Легкая атлетика	6	4,5,6, 54,57,58
4.	Лыжная подготовка	4	33,34,35,36
Итого		10	4,5,6, 54,57,58, 33,34,35,36

Таблица 6

Распределение учебного времени на различные виды программного материала для 2-4 класса

№	Вид программного материала	Количество часов (уроков)		
		Базовая часть	Вариативная часть	Итого
1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока		
2	Лёгкая атлетика	12	4	16
3	Оценка уровня физических кондиций	4		4
3	Подвижные игры	16	4	20
4	Гимнастика с элементами акробатики	12	4	16
5	Лыжная подготовка	12		12
6	Фитнес-аэробика		34	34
Итого		56	46	102

Количество часов: по программе: 102 часов; в неделю – 3 часа.

4 Тематическое планирование

Таблица 7

Тематическое планирование 1 класс

I триместр (20 часов)							
№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	ЦОР	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)	Формы контроля	НРЭО
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)							
1.	Знания физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Комплекс разминочных упражнений.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос	
2.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепить технику разных видов ходьбы. Эстафеты с ускорением 30 – 60 м: «Встречная эстафета с предметами»	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Контрольные упражнения	
3.				Совершенствовать бег в коридорчике 30-40 см из различных и.п. с изменением скорости.			
4.				Специальные беговые упражнения. Комплекс ОРУ. Эстафеты с прыжками на одной ноге.			
5.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Метание малого мяча в цель с расстояния 4 - 5 м. Игра «Гуси-лебеди»	Познавательные : анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаляющие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и	Контрольные упражнения	

6.			электронная школа (resh.edu.ru)	Равномерный медленный бег 5 мин. Комплекс ОРУ. Специальные упражнения л/а. Метание малого мяча на дальность	развитие человека. Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Тестирование	Достижения спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
7.	Спринтерский бег	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Кросс по пересеченной местности 500 м	Регулятивные: Участвовать в диалоге на уроке Умение слушать и понимать других.	Контрольные упражнения	Достижения спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
8.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Прыжок в длину с места. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Комплекс ОРУ.		Контрольные упражнения	Достижения спортсменов Челябинской области - прыжки в высоту, прыжки в высоту с шестом
9.	Тестирование	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.		Тестирование	
10.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: Прыжок в длину, подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения сидя.			

Подвижные игры (6 часов)

11.	Баскетбол. Знания о физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передаче и ведении мяча.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли ученика.	Устный опрос				
12.	Баскетбол.	5	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Познавательные : выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки на скамейке, упражнений с мячами, игрового упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятии; осуществление анализа действий учителя по выполнению организующих строевых команд, разминки Коммуникативные:	Устный опрос				
13.								Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом Регулятивные:
14.								Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя
15.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения						

16.			resh.edu.ru	Совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Достижение личностных результатов в физическом совершенстве. Интерес к способу решения поставленной задачи.	Контрольные упражнения	
					Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом. выполнение стойки баскетболиста; выполнение свободного перемещения по игровой площадке в стойке баскетболиста приставным шагом правым и левым боком, держа мяч в руках, ведения мяча на месте, в движении, левой рукой, правой рукой, поочередно Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом. Регулятивные: Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами		
Гимнастика (4 часа)							
17.	Знания о физической культуре.	4	resh.edu.ru	Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Освоение общеразвивающих упражнений, развитие координационных, силовых способностей и гибкости	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.	Устный опрос	

18.	Строевая подготовка. Акробатика.		resh.edu.ru	Освоение строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	Познавательные : выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа; упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях.	Устный опрос	
19.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях.		
20.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений и развитие координационных способностей, акробатических упражнений и висов.	Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата.	Контрольные упражнения	

II триместр (20 часов)

21.	Строевая подготовка. Акробатика.	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений.	Личностные: Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Контрольные упражнения	
22			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений.	Познавательные: Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к		

23.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Развитие физических качеств – гибкости, силы, координации.	<p>известным понятиям.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>					
24.	Строевая подготовка. Висы.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных способностей.		Устный опрос				
25.				Закрепление строевых упражнений, упражнений в висе, навыков лазания и перелазания, развитие координационных способностей.					Контрольные упражнения	
26.				Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)						
	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Контрольные упражнения								
27.	Строевая подготовка. Акробатика.			2		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений. Акробатические упражнения.	Тестирование		
28.		Развитие гибкости. Упражнения на расслабление. Акробатические комбинации.								
29.		Совершенствование строевых упражнений.								

30.	Строевая подготовка. Висы.	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых шагов, упражнений лазания и перелазания, упражнений в висе.		Контрольные упражнения	
31.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)		Развитие силовых способностей. Разновидности висов.	Контрольные упражнения			
32.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)		Развитие координационных и силовых способностей. Комбинация упражнений.				
Лыжная подготовка (8 часов)							
33.	Знания о физической культуре. Лыжная подготовка	8	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки.	<p>Личностные:</p> <p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p> <p>Познавательные :</p>	Устный опрос.	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира.
35.			Физическая культура - Российская электронная школа	Освоение техники лыжных ходов. Развитие силовых и координационных способностей.		бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага,	Устный опрос

		resh.edu.ru		строевых команд, построений Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.		Олимпийских игр, мира. Применение лыжных мазей.
36.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
37.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
38.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
39.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
40.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	

			(resh.edu.ru)						
III триместр (28 часов)									
41.	Лыжная подготовка	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	<p>Личностные:</p> <p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p>	Контрольные упражнения			
42.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.			<p>Познавательные :</p> <p>бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений</p>	Контрольные упражнения	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира.
43.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.					<p>Коммуникативные:</p> <p>Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p>

44.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения	
Подвижные игры (13 часов)							
45.	Волейбол.	13	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Устный опрос	
46.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Познавательные : бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений	Устный опрос	
47.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Контрольные упражнения	

48.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	педагогами Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения	
49.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
50.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
51.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.		Устный опрос.	
52.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли	Контрольные упражнения	

53.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.	ученика. Познавательные : выполнение построен бега, разминки с мячом в парах, передачи мяча в парах, ведения мяча с последующей остановкой, броска мяча через сетку в парах. Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;	Контрольные упражнения	
54.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование держания, ловли и передачи мяча.	Коммуникативные:		
55.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные адекватно воспринимать оценку учителя	Контрольные упражнения	
56.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.			
57.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей		Тестирование	
Легкая атлетика (7 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)						

58.	Знания о физической культуре	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Совершенствование бега, развитие скоростных и координационных способностей.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос			
59.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Тестирование			
60.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	Познавательные : анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.			Контрольные упражнения	Олимпийское движение Челябинской области
61.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.			Контрольные упражнения	Достижения легкоатлетов Челябинской области
62.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	Регулятивные: Участвовать в диалоге на уроке	Точность попадания в цель			
63.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование бега, метания мяча на дальность, развитие скоростных и координационных способностей.	Умение слушать и понимать других.	Метание мяча на дальность 30 м.			

64.	Спринтерский бег	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики.		Преодоление дистанции без учета времени	
65.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.		Тестирование	
66.	Тестирование	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.		Тестирование	

Тематическое планирование 2 класс

I триместр (20 часов)							
№ п/п	Наименование разделов	Количество часов	ЦОР	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)	Формы контроля	НРЭО
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)							
1.	Знания о физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Комплекс разминочных упражнений.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос	
2.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепить технику разных видов ходьбы. Эстафеты с ускорением 30 – 60 м: «Встречная эстафета с предметами»	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Тестирование	
3.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствовать бег в коридорчике 30-40 см из различных и.п. с изменением скорости.	Познавательные : анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и	Контрольные упражнения	
4.			Физическая	Специальные беговые упражнения.		Контрольные	Достижения

			культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Эстафеты с прыжками на одной ноге.	развитие человека. Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	упражнения	спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
5.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Метание малого мяча в цель с расстояния 4 - 5 м. Игра «Гуси-лебеди»	Регулятивные: Участствовать в диалоге на уроке Умение слушать и понимать других.	Контрольные упражнения	
6.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Равномерный медленный бег 5 мин. Комплекс ОРУ. Специальные упражнения л/а. Метание малого мяча на дальность		Тестирование	
7.	Спринтерский бег	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Кросс по пересеченной местности 500 м		Контрольные упражнения	
8.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Прыжок в длину с места. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Комплекс ОРУ.		Контрольные упражнения	Достижения спортсменов Челябинской области - прыжки в высоту, прыжки в высоту с шестом

9.	Тестирование	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.		Тестирование	
10.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: Прыжок в длину, подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения сидя.			

Подвижные игры (6 часов)

11.	Баскетбол. Знания о физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передаче и ведении мяча.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли ученика.	Устный опрос	Олимпийское движение в Челябинской области
12.	Баскетбол.	5	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Познавательные : выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки на скамейке, упражнений с мячами, игрового упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятии; осуществление анализа действий учителя по выполнению организующих строевых команд, разминки	Контрольные упражнения	
13.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные:		

		resh.edu.ru		Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом		
14.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей;	Контрольные упражнения	
15.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя		
16.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Достижение личностных результатов в физическом совершенстве. Интерес к способу решения поставленной задачи. Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом. выполнение	Выполнение бросков в кольцо с различных позиций	

					<p>стойки баскетболиста; выполнение свободного перемещения по игровой площадке в стойке баскетболиста приставным шагом правым и левым боком, держа мяч в руках, ведения мяча на месте, в движении, левой рукой, правой рукой, поочередно</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами</p>	
--	--	--	--	--	---	--

Гимнастика (4 часа)

17.	Знания о физической культуре. Строевая подготовка. Акробатика.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Освоение общеразвивающих упражнений с предметами, развитие координационных, силовых способностей и гибкости	<p>Личностные:</p> <p>Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.</p> <p>Познавательные :</p>	Устный опрос	Достижения гимнастов Челябинской области
18.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа; упражнения на внимание; соблюдение правил	Устный опрос	

19			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	безопасности на занятиях. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях.	Контрольные упражнения	
20.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений и развитие координационных способностей, акробатических упражнений и висов.	Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата.	Контрольные упражнения	
			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)				

II триместр (20 часов)

21.	Строевая подготовка. Акробатика.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений.	Личностные: Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата Познавательные:	Устный опрос	
22.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений.	Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-	Контрольные упражнения	

			школа (resh.edu.ru)	упражнений.	следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.		
23.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Развитие физических качеств – гибкости, силы, координации.	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Регулятивные:	Контрольные упражнения	
24.	Строевая подготовка. Висы.	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, развитие координационных способностей.	Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Контрольные упражнения	
25.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление строевых упражнений, упражнений в висе, навыков лазания и перелазания, развитие координационных способностей.		Контрольные упражнения	
26.				Закрепление строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений. Освоение навыков лазания и перелазания.	Личностные: Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Контрольные упражнения	

27.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	<p>Познавательные:</p> <p>Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	Контрольные упражнения	
28.	Строевая подготовка. Акробатика.	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений. Акробатические упражнения.	<p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	Выполнение комплекса строевых команд	
29.				Развитие гибкости. Упражнения на расслабление. Акробатические комбинации.		Контрольные упражнения	
30.	Строевая подготовка. Висы.	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых шагов, упражнений лазания и перелазания, упражнений в висе.	<p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	Устный опрос	
31.				Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)		Развитие силовых способностей. Разновидности висов.	Контрольные упражнения

32.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Развитие координационных и силовых способностей. Комбинация упражнений.		Контрольные упражнения	
Лыжная подготовка (8 часов)							
33.	Знания о физической культуре. Лыжная подготовка	8	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки.	Личностные: Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Устный опрос	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира.
35.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие силовых и координационных способностей.	Познавательные : бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений Коммуникативные:	Контрольные упражнения	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира. Применение лыжных мазей.
36.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: удерживать цель деятельности до	Контрольные упражнения	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира.

			получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.		
37.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
38.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
39.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
40.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	

III триместр (28 часов)

41.	Лыжная подготовка	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Освоение техники лыжных ходов.</p> <p>Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.</p>	<p>Личностные:</p> <p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p>	Устный опрос.	
42.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Освоение техники лыжных ходов.</p> <p>Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.</p>	<p>Познавательные :</p> <p>бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений</p>	Контрольные упражнения	
43.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Освоение техники лыжных ходов.</p> <p>Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.</p>	<p>Коммуникативные:</p> <p>Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и</p>	Контрольные упражнения	

44.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.</p>	<p>педагогами</p> <p>Регулятивные:</p> <p>удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.</p>	Контрольные упражнения	
Подвижные игры (13 часов)							
45.	Волейбол.	13	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Личностные:</p> <p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p>	Контрольные упражнения	
46.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Познавательные :</p> <p>бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений</p>	Контрольные упражнения	
47.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.</p>	<p>Коммуникативные:</p>	Контрольные упражнения	

			Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами		
48.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения	
49.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
50.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
51.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.		Устный опрос	

52.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли ученика.	Контрольные упражнения	
53.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.	Познавательные : выполнение построен бега, разминки с мячом в парах, передачи мяча в парах, ведения мяча с последующей остановкой, броска мяча через сетку в парах. Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;	Контрольные упражнения	
54.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование держания, ловли и передачи мяча.	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог	Контрольные упражнения	
55.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	Регулятивные адекватно воспринимать оценку учителя	Контрольные упражнения	
56.	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	

			resh.edu.ru				
57.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей		Контрольные упражнения	
58.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)							
59.	Знания о физической культуре	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Совершенствование бега, развитие скоростных и координационных способностей.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос	
60.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду,	Тестирование	

61.			школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Познавательные :	Контрольные упражнения	
62.				Совершенствование навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.		анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.	Контрольные упражнения
63.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Регулятивные:	Контрольные упражнения	Олимпийское движение в Челябинской области
64.				Совершенствование бега, метания мяча на дальность, развитие скоростных и координационных способностей.		Участвовать в диалоге на уроке Умение слушать и понимать других.	Тестирование
65.	Спринтерский бег	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики.		Устный опрос	
66.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.		Тестирование	

67.	Тестирование	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.
68.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: Прыжок в длину, подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения сидя.

Тестирование	
Тестирование	

Тематическое планирование 3 класс

I триместр (20 часов)							
№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	ЦОР	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)	Формы контроля	НРЭО
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)							
1.	Знания физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики. Комплекс разминочных упражнений.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос	
2.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепить технику разных видов ходьбы. Эстафеты с ускорением 30 – 60 м: «Круговая эстафета»	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Познавательные :	Тестирование	Достижения спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
3.				Совершенствовать бег в коридорчике 30-40 см из различных и.п. с изменением скорости.	анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.	Контрольные упражнения	

4.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Специальные беговые упражнения. Комплекс ОРУ.	Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Регулятивные: Участвовать в диалоге на уроке Умение слушать и понимать других.	Контрольные упражнения	
5.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Метание малого мяча в цель с расстояния 4 - 5 м. Игра «Охотники и утки»	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях; Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Контрольные упражнения	Достижения спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
6.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Равномерный медленный бег 5 мин. Комплекс ОРУ. Специальные упражнения л/а. Метание малого мяча на дальность	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Познавательные :	Тестирование	
7.	Спринтерский бег	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Кросс по слабо-пересеченной местности 1000 м.	анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.	Контрольные упражнения	
8.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Прыжок в длину с места. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Комплекс ОРУ.	Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении	Тестирование	Достижения спортсменов Челябинской области - прыжки в

			(resh.edu.ru)		поставленных целей. Регулятивные: Участвовать в диалоге на уроке		высоту, прыжки в высоту с шестом
9.	Тестирование	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.	Умение слушать и понимать других.	Тестирование	
10.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: Прыжок в длину, подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения сидя.			
Подвижные игры (6 часов)							
11.	Баскетбол. Знания о физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передаче и ведении мяча.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли ученика.	Устный опрос	Организация досуга средствами физической культуры на Южном Урале

12.	Баскетбол.	5	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Познавательные : выполнение строевых команд, бега, ходьбы, разминки на скамейке, упражнений с мячами, игрового упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятии; осуществление анализа действий учителя по выполнению организующих строевых команд, разминки Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу; планировать действие в соответствии с поставленной задачей; учитывать правило в планировании способа решения; осуществлять итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимать оценку учителя	Контрольные упражнения	
13.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.			

14.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
15.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.			

16.			<p>Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)</p>	<p>Совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Личностные: Достижение личностных результатов в физическом совершенстве. Интерес к способу решения поставленной задачи.</p> <p>Познавательные Знать правила подвижной игры; активно участвовать в игровой деятельности с их учетом. выполнение стойки баскетболиста; выполнение свободного перемещения по игровой площадке в стойке баскетболиста приставным шагом правым и левым боком, держа мяч в руках, ведения мяча на месте, в движении, левой рукой, правой рукой, поочередно</p> <p>Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом</p> <p>Регулятивные: Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилам</p>	<p>Контрольные упражнения</p>	
Гимнастика (4 часа)							

17.	Знания о физической культуре. Строевая подготовка. Акробатика.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Освоение общеразвивающих упражнений с предметами, развитие координационных, силовых способностей и гибкости	Личностные: Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях. Познавательные :	Устный опрос	Достижения гимнастов Челябинской области
18.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа; упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях.	Контрольные упражнения	
19.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях.	Контрольные упражнения	
20.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений и развитие координационных способностей, акробатических упражнений и висов.	Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Контрольные упражнения	

II триместр (20 часов)

Гимнастика (12 часов)

21.	Строевая подготовка. Висы.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений.	<p>Личностные:</p> <p>Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p> <p>Познавательные :</p> <p>Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата</p>	Контрольные упражнения	
22.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений. Освоение навыков лазания и перелазания.		Контрольные упражнения	
23.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление строевых упражнений, упражнений в висе, навыков лазания и перелазания, развитие координационных способностей.		Контрольные упражнения	
24.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных способностей.		Контрольные упражнения	
25.	Строевая подготовка. Акробатика.		2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)		Совершенствование строевых упражнений, строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных и силовых способностей.	Контрольные упражнения

			(resh.edu.ru)			
26.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных и силовых способностей.		
27.	Строевая подготовка. Висы.	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых шагов, упражнений лазания и перелазания, упражнений в висе. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения
28.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Развитие силовых способностей.		Контрольные упражнения
29.	Строевая подготовка. Акробатика.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Общая физическая подготовка. Развитие силовых способностей и силовой выносливости.	Личностные: Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата Познавательные : Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-	Контрольные упражнения
30.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Проверка умений и навыков в освоении висов и упоров.		

31.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование акробатического соединения. Развитие силы.	следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата			
32.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование акробатического соединения. Развитие силы.				
Лыжная подготовка (8 часов)								
33.	Знания о физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки.	Личностные: Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Познавательные : бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений	Устный опрос.	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира.	
34.	Лыжная подготовка	7	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие силовых и координационных способностей.	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и	Контрольные упражнения	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира. Применение	

				педагогами		лыжных мазей.
35.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие силовых и координационных способностей.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения
36.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения
37.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения
38.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения
39.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения

			электронная школа (resh.edu.ru)				
40.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
III триместр (28 часов)							
41.	Лыжная подготовка	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	<p>Личностные:</p> <p>Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</p> <p>Формирование положительного отношения к учению.</p> <p>Познавательные :</p> <p>бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, попеременного двухшажного хода, поворота «веером», строевых команд, построений.</p> <p>Коммуникативные:</p>	Контрольные упражнения	
42.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
43.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.		Контрольные упражнения	

44.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.	Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения	
Подвижные игры (14 часов)							
45.	Волейбол	14	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Устный опрос Контрольные упражнения	
46.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Познавательные : бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений		
47.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и		

48.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	педагогами Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.		
			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.			
49.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
50.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения	
51.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.			

			(resh.edu.ru)				
52.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения	
53.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование держания, ловли и передачи мяча.		Контрольные упражнения	
54.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли ученика.	Устный опрос.	
55.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.	Познавательные: выполнение построен бега, разминки с мячом в парах, передачи мяча в парах, ведения мяча с последующей остановкой, броска мяча через сетку в парах. Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью;	Контрольные упражнения	
56.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров			

			электронная школа (resh.edu.ru)	движений, скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог		
57.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Регулятивные адекватно воспринимать оценку учителя	Контрольные упражнения	
58.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
59.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление и совершенствование навыков прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения	
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)							
60.	Знания о физической культуре	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Совершенствование бега, развитие скоростных и координационных способностей.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных	Устный опрос	

61.		2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	социальных ситуациях; Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Тестирование	
62.	Спринтерский бег Метание малого мяча		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	Познавательные: анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.	Контрольные упражнения	Олимпийское движение в Челябинской области
63.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		Контрольные упражнения	Достижения легкоатлетов Челябинской области
64.	Метание малого мяча Спринтерский бег		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование бега, метания мяча на дальность, развитие скоростных и координационных способностей.		Регулятивные: Участствовать в диалоге на уроке Умение слушать и понимать других.	Контрольные упражнения
65.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики.		Тестирование.	

			(resh.edu.ru)			
66.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения
67.	Тестирование	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.		Тестирование
68.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: Прыжок в длину, подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения сидя.		Тестирование

Таблица 10

Тематическое планирование 4 класс

I триместр (20 часов)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	ЦОР	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)	Формы контроля	НРЭО
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)							
1.	Знания физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках легкой атлетики . Комплекс разнообразных упражнений.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос	Достижения спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
2.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление техник разных видов ходьбы. Эстафеты с ускорением 30 – 60 м.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям. Познавательные :	Тестирование	
3.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствовать бег в коридорчике 30-40 см из различных и.п. с изменением скорости.	анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.	Контрольные упражнения	Достижения спортсменов Челябинской области - бегуны на длинные и короткие дистанции
4.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Специальные беговые упражнения. Комплекс ОРУ.	Коммуникативные: Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении	Контрольные упражнения	

			школа (resh.edu.ru)		поставленных целей. Регулятивные: Участвовать в диалоге на уроке Умение слушать		
5.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Метание малого мяча в цель с расстояния 4 - 5 м. Игра «Пионербол»		Контрольные упражнения	
6.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Равномерный медленный бег 5 мин. Комплекс ОРУ. Специальные упражнения л/а. Метание малого мяча на дальность		Тестирование	
7.	Спринтерский бег	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплекс ОРУ. Кросс по слабо-пересеченной местности 1000 м.		Контрольные упражнения	
8.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Прыжок в длину с места. Прыжки на заданную длину по ориентирам. Комплекс ОРУ.		Контрольные упражнения	Достижения спортсменов Челябинской области - прыжки в высоту, прыжки в высоту с шестом
9.	Тестирование	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.		Тестирование	

10.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: Прыжок в длину, подтягивание на перекладине, наклон вперед из положения сидя.			
Подвижные игры (6 часов)							
11.	Знания физической культуре.	о	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Овладение элементарными умениями в ловле, бросках, передаче и ведении мяча.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос
12.	Баскетбол.		5			Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	
13.						Познавательные : анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и	

14.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.</p>	<p>развитие человека.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Участвовать в диалоге на уроке. Умение слушать</p> <p>Личностные:</p> <p>Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</p> <p>Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;</p>	Контрольные упражнения	
15.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p>		
16.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Закрепление и совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.</p>		Контрольные упражнения	
17.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	<p>Закрепление и совершенствование навыков прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.</p>			

			resh.edu.ru		<p>Познавательные :</p> <p>анализируют положительное влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Умение слушать</p>			
18.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование метаний на дальность и точность, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения		
Гимнастика 4 часа								
19.	Знания физической культуре. Строевая	о	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Правила техники безопасности на уроках гимнастики. Освоение общеразвивающих упражнений с предметами, развитие координационных,	<p>Личностные:</p> <p>Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных</p>	Устный опрос	

	подготовка. Акробатика.		resh.edu.ru	силовых способностей и гибкости	социальных ситуациях.		
20.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	Познавательные : выполнение строевых упражнений на месте, разминки с обручами, ходьбы и бега с заданием, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа; упражнения на внимание; соблюдение правил безопасности на занятиях.	Контрольные упражнения	
21.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений, строевых упражнений, акробатических упражнений и развитие координационных способностей.	Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных заданиях и ситуациях.	Контрольные упражнения	
22.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение строевых упражнений и развитие координационных способностей, акробатических упражнений и висов.	Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата		
II триместр (20 часов)							
Гимнастика (12 часов)							
23.	Знания физической культуре.	о	1	Физическая культура - Российская электронная школа	Освоение строевых упражнений, строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений.	Личностные: Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	Контрольные упражнения

			resh.edu.ru		Познавательные :					
24.	Строевая подготовка. Акробатика.	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление строевых упражнений, развитие координационных способностей, акробатических упражнений. Освоение навыков лазания и перелазания.	Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.	Контрольные упражнения	Олимпийское движение в Челябинской области			
25.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Закрепление строевых упражнений, упражнений в висе, навыков лазания и перелазания, развитие координационных способностей.				Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений	Контрольные упражнения	Достижения гимнастов Челябинской области
26.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных способностей.				Регулятивные: Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата	Контрольные упражнения	Организация досуга средствами физической культуры на Южном Урале
27.	Строевая подготовка. Висы.	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных и силовых способностей.		Контрольные упражнения				
28.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых упражнений, упражнений в висе, развитие координационных и силовых способностей.						

29.	Строевая подготовка. Висы.	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование строевых упражнений, строевых шагов, упражнений лазания и перелазания, упражнений в виси. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения		
30.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Развитие силовых способностей.		Контрольные упражнения		
31.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Общая физическая подготовка. Развитие силовых способностей и силовой выносливости.		<p>Личностные:</p> <p>Ориентирование на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p> <p>Познавательные :</p> <p>Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании акробатических упражнений</p> <p>Регулятивные:</p>	Тестирование	
32.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Проверка умений и навыков в освоении висов и упоров.				Контрольные упражнения
33.	Строевая подготовка. Акробатика.	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование акробатического соединения. Развитие силы.				
34.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование акробатического соединения. Развитие силы.				

			(resh.edu.ru)		Самостоятельно оценивать свои действия и содержательно обосновывать правильность или ошибочность результата		
Лыжная подготовка (8 часов)							
35.	Знания о физической культуре.	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки.	<p>Личностные:</p> <p>Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.</p> <p>Познавательные :</p> <p>бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами</p> <p>Регулятивные:</p> <p>удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.</p>	Устный опрос	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира.
36.	Лыжная подготовка	7	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие силовых и координационных способностей.	<p>Контрольные упражнения</p>	Контрольные упражнения	Лыжники и биатлонисты Челябинской области — победители и призеры России, Олимпийских игр, мира. Применение лыжных мазей.
37.				Освоение техники лыжных ходов. Развитие силовых и координационных способностей.			

38.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	Традиции родного края: «Лыжные гонки»
39.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
40.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
41.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	
42.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.		Контрольные упражнения	

III триместр (28 часов)

43.	Лыжная подготовка	4	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Формирование положительного отношения к учению.	Контрольные упражнения	
44.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей.	Познавательные : бережное обращение с инвентарем (лыжами, лыжными палками), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, попеременного двухшажного хода, поворота «веером», строевых команд, построений.	Контрольные упражнения	
45.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контрольные упражнения	
46.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение техники лыжных ходов. Развитие скоростно-силовых и координационных способностей, выносливости.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения	
Подвижные игры (14 часов)							
47.	Волейбол	14	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых	Личностные: Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду,	Контрольные упражнения	

		resh.edu.ru	способностей.	бережному отношению к материальным и духовным ценностям.		
48.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	Познавательные : бережное обращение с инвентарем (лыжами), соблюдение требований техники безопасности при обращении с лыжными палками; выполнение ходьбы на лыжах способом скользящего шага, строевых команд, построений	Контрольные упражнения	
49.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Коммуникативные: Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	Контрольные упражнения	
50.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	Регулятивные: удерживать цель деятельности до получения ее результата; планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимать оценку учителя.	Контрольные упражнения	
51.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знание о физической культуре. Правила безопасности на уроках подвижных игр. Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.		Устный опрос.	
52.		Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений,		Контрольные упражнения	

			(resh.edu.ru)				
53.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей.			
54.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование держания, ловли и передачи мяча.		Контрольные упражнения	
55.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения	
56.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование держания, ловли и передачи мяча, развитие способности к дифференцированию параметров движений, скоростно-силовых способностей.	Личностные: Соблюдение дисциплины и правил техники безопасности во время спортивных и подвижных игр. Формирование социальной роли ученика.	Контрольные упражнения	
57.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	Познавательные: выполнение построен бега, разминки с мячом в парах, передачи мяча в парах, ведения мяча с последующей остановкой, броска мяча	Контрольные упражнения	

58.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Комплексное развитие координационных и кондиционных способностей.	через сетку в парах. Преобразовывать модели в соответствии с содержанием учебного материала и поставленной учебной целью; Коммуникативные: Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные адекватно воспринимать оценку учителя			
59.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.		Контрольные упражнения		
60.				Совершенствование навыков бега, прыжков, развитие скоростных способностей, способности к ориентированию в пространстве.				
Легкая атлетика (8 часов, 2 часа- оценка уровня физических кондиций)								
61.	Знания о физической культуре	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Совершенствование бега, развитие скоростных и координационных способностей.	Личностные: Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;	Устный опрос		
62.	Спринтерский бег	3	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.	Тестирование		
63.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.	Познавательные: анализируют положительное		Контрольные	Олимпийское движение в Челябинской

			электронная школа (resh.edu.ru)	способностей.	<p>влияние её компонентов (регулярные занятия физическими упражнениями, закаливающие процедуры, личная гигиена) на укрепление здоровья и развитие человека.</p> <p>Коммуникативные:</p> <p>Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p> <p>Регулятивные:</p> <p>Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Умение слушать и понимать других.</p>	упражнения	области
64.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения	Достижения легкоатлетов Челябинской области
65.	Метание малого мяча	2	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков метания. Развитие координационных и скоростно-силовых способностей.		Контрольные упражнения	
66.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование бега, метания мяча на дальность, развитие скоростных и координационных способностей.		Тестирование	
67.	Прыжок в длину с разбега. Метание малого мяча	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Знания о физической культуре. Техника безопасности на уроках легкой атлетики.		Контрольные упражнения	
68.	Метание малого мяча	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Совершенствование бега, метания мяча на дальность, развитие скоростных и координационных способностей.	Тестирование		

			resh.edu.ru			
69.	Тестирование	1	Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Освоение навыков прыжков, развитие скоростно-силовых способностей.		Тестирование
70.			Физическая культура - Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Тестирование: бег 30 м., челночный бег, прыжок в длину с места.		Тестирование