Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Савинская средняя школа»
Пермского муниципального округа Пермского края

РАССМОТРЕНО

На заседании ШМО учителей музыки,ИЗО,технологии и физической культуры

Руководитель: Шпакова Г.А.
Приказ № 347
от « 23 » августа 2023г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР

М.О.Орлова.
Приказ № 348
от « 23 » августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МАОУ «Савинская средняя школа»

О.Г.Модзгвришвили
Приказ № 349
от « 23 »августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету «физической культуре»
2 класс
68 ч.
на 2023-2024 учебный год

Составил:
учитель Жукова К.О

д.Ванюки, 2023г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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. Оно 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.

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».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

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 – 68 часа (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

2 КЛАСС

Знания о физической культуре

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности

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

Физическое совершенствование

Оздоровительная физическая культура

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

Спортивно-оздоровительная физическая культура

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка

Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах: передвижение двухшажным попеременным ходом, спуск с небольшого склона в основной стойке, торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

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

Прикладно-ориентированная физическая культура

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

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 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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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.

При создании программы учитывались 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 нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов 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 детей младшего школьного возраста. Оно 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 младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся 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 школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладноориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у младших школьников 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 является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками 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 школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся 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 Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, 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.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

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

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

Во 2 классе на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часа.

Характеристика контрольно- измерительных материалов. Критерии оценивания.

Критериями оценки по физической культуре являются качественные и количественные показатели. Качественные показатели – степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности и др. Количественным показателем является положительная динамика физической подготовленности, складывающаяся обычно из показателей развития основных физических способностей.

В отношении качественных показателей при оценке знаний учащихся по предмету «Физическая культура» надо учитывать их глубину, полноту, аргументированность, умение использовать применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

Оценка техники владения двигательными действиями и навыками осуществляется по следующим примерным критериям:

«5» – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; учащиеся по заданию учителя используют его в нестандартных условиях;

«4» – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;

«3» – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

«2» – двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что учащиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что учащимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

По основам знаний.

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.
Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.
Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.
Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.
С целью проверки знаний используются различные методы.
Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий.
Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и веером ответов на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении и позволяет осуществлять опрос фронтально.
Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы учащиеся сопровождают выполнением конкретного комплекса и т.п.
По уровню физической подготовленности.
Оценивая уровень физической подготовленности, следует принимать во внимание реальные сдвиги учащихся в показателях физической подготовленности за определенный период времени. При оценке сдвигов в показателях развития определенных физических качеств учитель должен принимать во внимание особенности развития двигательных способностей, динамику их изменения у детей определенного возраста, исходный уровень достижений конкретных учащихся. При прогнозировании прироста скоростных способностей, являющихся наиболее консервативными в развитии, не следует планировать больших сдвигов. Напротив, при прогнозировании показателей выносливости в беге умеренной интенсивности, а также силовой выносливости темпы прироста могут быть довольно высокими.
При оценке темпов прироста на отметку «5», «4», «3» учитель должен исходить из вышеприведенных аргументов, поскольку в каждом конкретном случае прогнозирование этих темпов осуществить невозможно. Задания учителя по улучшению показателей физической подготовленности должны представлять для учащихся определенную трудность, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления учащимся высокой оценки.
Итоговая оценка успеваемости по физической культуре складывается из суммы баллов, полученных учащимся за все составляющие: знания, двигательные умения и навыки, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, сдвиги в показателях физической подготовленности. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.
Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, оцениваются по овладению ими разделом «Основы знаний», умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и доступные им двигательные действия.

Система оценивания детей с ОВЗ

При оценивании успеваемости по физической культуре учитываются индивидуальные возможности обучающихся, согласно заключению врача: уровень физического развития и психического, двигательные возможности. Главными требованиями при оценивании умений и навыков является выполнение изучаемых упражнений, при этом учитывается: - как ученик овладел основами двигательных навыков; - как проявил себя при выполнении, старался ли достичь желаемого результата; - как понимает и объясняет разучиваемое упражнение; - как пользуется предлагаемой помощью и улучшается ли при этом качество выполнения; - как относится к урокам; - каков его внешний вид; - соблюдает ли дисциплину. Последние два требования не влияют на итоговую оценку, но учитель должен напоминать об этом обучающимся. Критерии оценки по предмету физической культуры:

Оценка «отлично» «5» - усвоение теоретических знаний в объеме требований программы: глубокое понимание сущности материала, логическое его изложение, использование знаний в практической деятельности. Выполнение упражнений, разрешѐнных по состоянию здоровья, с соблюдением всех технических требований. Полное овладение методами самоконтроля при выполнении разрешѐнных физических упражнений. Положительная динамика результатов в развитии физических качеств. Регулярное посещение занятий, выполнение домашнего задания или других видов заданий в полном объѐме.

Оценка «хорошо» «4» - усвоение теоретических знаний в объѐме требований программы: глубокое понимание сущности материала, логическое его изложение, но есть затруднения в использовании знаний в практической деятельности. Выполнение упражнений, разрешѐнных по состоянию здоровья, с негрубыми ошибками. Овладение большинством методов самоконтроля при выполнении разрешѐнных физических упражнений. Небольшая положительная динамика результатов в развитии физических качеств. Регулярное посещение занятий, но выполнение домашнего задания или других видов заданий не всегда в полном объѐме.

Оценка «удовлетворительно» «3» - теоретические знания по программе носят поверхностный характер. Выполнение упражнений, разрешѐнных по состоянию здоровья, содержит грубые ошибки. Овладение методами самоконтроля при выполнении разрешѐнных физических упражнений недостаточное. Положительная динамика результатов в развитии физических качеств отсутствует. Допускаются единичные пропуски занятий без уважительной причины, домашнее или другие виды заданий выполняются не в полном объѐме.

Оценка «неудовлетворительно» «2» - теоретические знания по программе неудовлетворительны или отсутствуют. Выполнение упражнений, разрешѐнных по состоянию здоровья, неправильное, с грубыми ошибками. Обучающийся не овладел методами самоконтроля при выполнении физических упражнений. Отсутствует или наблюдается отрицательная динамика результатов в развитии физических качеств. Количество посещений занятий минимальное, допускаются систематические пропуски без уважительной причины, домашнее или другие виды заданий не выполняются.

КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ
Физической культуры во 2 классе

№ п/п	Тема урока	Планируемые результаты			Дата проведения
		Предметные УУД	метапредметные УУД: регулятивные (р) познавательные (п) коммуникативные (к)	Личностные УУД	
1	Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Физическая культура	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми	П- Формирование умений осознанного построения речевого высказывания в устной форме. Р- Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. К- Участвовать в диалоге на уроке. Умение слушать и понимать других.	Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека(физическое, интеллектуальное,эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации	05.09
2	Ходьба с различными заданиями	Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и	П- Формирование действия моделирования К- Участвовать в диалоге на уроке. Умение слушать и понимать других	Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и	06.09

		погодных условий		разнообразии природы.	
3	Виды бега	Выявлять различия в основных способах передвижения человека.	П- Формирование действия моделирования; К- Участвовать в диалоге на уроке. Умение слушать и понимать других	Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы.	07.09
4	Бег 30м	Знать что такое спринт. Уметь пробегать 30м с высокого старта			12.09
5	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	П- Осмысление правил игры. К- Умение объяснять свой выбор и игру. Р- Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	13. 09
6	Развитие скоростных способностей	Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.	П- Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К- Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Р- Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	14. 09

			основе освоенных знаний и имеющегося опыта.		
7	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	П- Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации. К- Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Р- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	19.09
8	Развитие выносливости	Осваивать универсальные	П- Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К- Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Р-Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	20.09
9	Эстафеты ОРУ	умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.			21.09
10	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	26.09

			ситуациях неуспеха.		
11	Бег с изменением направления движения	Осваивать технику бега различными способами.	П- Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. К- Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Р- Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	27.09
12	Прыжки. Прыжок в длину с места	Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений	К- Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р- Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	03.10
13	Прыжок в длину с места Контрольный урок	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых	К- Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Р- Умение характеризовать, выполнять задание	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других	05.10

		упражнений.	в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	людей.	
14	Челночный бег 3Х10,	Знать варианты челночного бега. Уметь выполнять челночный бег	К – сохранять доброжелательнее отношение друг к другу, Р – адекватно понимать оценку взрослого и сверстников; П – рассказывать правила тестирования чел. бега	Развитие мотивов учебной деятельности осознание личного смысла учения	11.10
15	Челночный бег 3Х10,				12.10
16	Эстафеты с элементами прыжков. ОРУ	Уметь выполнять прыжковые упражнения.	П - Выполнение различных прыжковых упражнений в игровых и соревновательных условиях. Р - осознавать самого себя как движущую силу своего научения;	Развитие мотивов учебной деятельности осознание личного смысла учения	18.10
17	Метание мяча на точность	Иметь представление о технике метания			19.10
18	Эстафеты с элементами бега, парный бег.	Уметь выполнять прыжковые упражнения.	П - Выполнение различных прыжковых упражнений в игровых и соревновательных условиях.	Развитие мотивов учебной деятельности осознание личного смысла учения	24.10
19	Подвижные игры	Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности	П- Осмысление правил игры. К- Умение объяснять свой выбор и игру. Р- Освоение способов решения проблем	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	25.10
20					26.10

			творческого и поискового характера.		
21	**Проект** «Основные способы передвижения человека»	определить какой способ передвижения человека наиболее эффективен в той или другой ситуации	П - рассказывать и показывать технику бега, прыжков и ходьбы ; К – устанавливать рабочие отношения, эффективно тсотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Р _ осознавать самого себя как движущюю силу своего научения;	Развитие мотивов учебной деятельности осознание личного смысла учения	09.11
22	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики Из истории физической культуры	Знать что такое ФУ, как они появились. Иметь представление о видах спорта.	П - История появления физических упражнений. Важность физической культуры в развитии человечества.	Развитие знаний о физической культуре	14.11
23	Ходьба с различными заданиями. Строевые упражнения.	Иметь представление о безопасности на уроке гимнастики, построении в колонну по одному, демонстрировать основную стойку	П - ТБ на уроке гимнастики. Строевые упражнения. Дистанция, интервал, колонна. Р – самостоятельно формулировать познавательные цели; К – представлять конкретное содержание и формулировать его в устной форме.	Развитие знаний строевой подготовки и мотивов учебной деятельности	15.11
24	Строевые упражнения				16.11
25	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в	Формирование эстетических потребностей, ценностей и	21.11

		игровой деятельности.	ситуациях неуспеха. К – представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; П – выполнять правила игры.	чувств.	
26	Строевые упражнения.	Уметь выполнять перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Знать и уметь выполнять команды «напра-ВО!» «налеВО!» Уметь выполнять размыкание на вытянутые в стороны руки	П - ТБ на уроке гимнастики. Строевые упражнения. Дистанция, интервал, колонна. р – самостоятельно формулировать познавательные цели; К – представлять конкретное содержание и формулировать его в устной форме.	Развитие знаний строевой подготовки и мотивов учебной деятельности	22.11
27	Строевые упражнения.				23.11
28	ОРУ с обручами	Знать основу техники выполнения прыжков через скакалку	П - характеристика явления, объективная оценка. К – задавать вопросы. Строить понятные для партнера высказывания	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	28.11
29	Кувырок вперед. Стойка на лопатках.	Знать основу техники выполнения кувырка вперед и стойки на лопатках	П - характеристика явления, объективная оценка. К – задавать вопросы. Строить понятные для партнера высказывания	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	29.11
30	Стойка на лопатках.				30.11

	«Мост»				
31	Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках перекат в упор присев.	Выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения.	Р – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач, П - характеристика явления, объективная оценка. К – задавать вопросы. Строить понятные для партнера высказывания.	Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	5.12
32					6.12
32	Комбинация из изученных элементов.				07.12
33	Контрольный урок по акробатике	Знать основные понятия. Уметь выполнять «Мост», «Стойку на лопатках», лазание по гимнастической стенке	Р - оценивать результат своей деятельности при выполнении акробатических упражнений	Развитие мотивов учебной деятельности	12.12
34	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха. К – представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; П – выполнять правила игры.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	13.12

35	**Проект** «Развитие силовых качеств»	Знать и уметь принимать на практике основные упражнения для развития силовых качеств	П - характеристика явления, объективная оценка. К – задавать вопросы. Строить понятные для партнера высказывания	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	11.01
36	Т.Б. на уроках л/п. Температурный режим.	Основы знаний об истории развития лыжного спорта. Подбирать соответствующую одежду и обувь для занятий в зимнее время	П – выполнять ходьбу на лыжах; Р – сохранять заданную цель; К – с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли.	Развитие мотивов учебной деятельности Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	17.01
37	Ступающий шаг без палок.	Перенос тяжести тела с лыжи на лыжу. Уметь применять правила техники безопасности.	П - анализировать результаты двигательной активности; К – сохранять доброжелательное отношение с одноклассниками; Р – адекватно понимать оценку взрослого	Развитие мотивов учебной деятельности Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	18.01
38	Повороты на месте				23.01
39	Ступающий шаг с палками.	Знать правила поведения и технику безопасности на уроках	К – сохранять доброжелательное отношение с одноклассниками; Р – самостоятельно оценивать значение	Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных	24.01 25.01

40	.Повороты на месте	лыжной подготовки.	закаливания для укрепления здоровья. П - уметь подбирать одежду и обувь для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья.	ситуациях и условиях.	
41	**Скользящий шаг без палок**	Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения	К – определять общую цель в пути её достижения Р – Вносить необходимые изменения и дополнения в план и способ действия. П - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. К – определять общую цель в пути её достижения	Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях.	30.01
42	Эстафеты с элементами бега, спортивных игр	Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	К – эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Р – владеть средствами саморегуляции; П - анализировать свою деятельность;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально- нравственной отзывчивость	31.01
43	**Скользящий шаг без палок**	Оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий,	К – определять общую цель в пути её достижения Р – Вносить необходимые изменения и дополнения в план и способ действия.	Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях.	08.02

		доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения	П - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. К – определять общую цель в пути её достижения		
44	Техника п/п 2х шажного хода без палок.	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	К – определять общую цель в пути её достижения Р – Вносить необходимые изменения и дополнения в план и способ действия. П - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. К – определять общую цель в пути её достижения	Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	08.02
45	Вкатывание.Спуски и подъемы.				13.02
46	Техника п/п 2х шажного хода без палок.	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	К – определять общую цель в пути её достижения Р – Вносить необходимые изменения и дополнения в план и способ действия. П - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. К – определять общую цель в пути её достижения	Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	14.02
47	Вкатывание Спуски и подъемы.				

48	Подъем лесенкой». Спуски в высокой и низкой стойке	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.	К – определять общую цель в пути её достижения Р – Вносить необходимые изменения и дополнения в план и способ действия. П - обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления. К – определять общую цель в пути её достижения	Проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	20.02
49	Совершенствование техники ранее изученных ходов.				21.02
50	Проект «Самостоятельные игры и развлечения»	Иметь представление о подвижных играх и их организации, обеспечении безопасности во время проведения игр.	К – эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Р – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач,	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил в игре.	28.02
51	Баскетбол в упрощенных условиях.	Уметь выполнять передачу и ловлю мяча утомления	К – устанавливать рабочие отношения; Р – самостоятельно формулировать познавательные цели; П – играть в баскетбол по упрощенным правилам	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	01.03
52					06.03
53	Баскетбол в упрощенных условиях. Передачи мяча				07.03
54	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в	Формирование эстетических потребностей, ценностей и	12.03

		игровой деятельности.	ситуациях неуспеха. К – представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; П – выполнять правила игры.	чувств.	
55	Баскетбол в упрощенных условиях.	Знать правила игры и уметь выполнять их на фоне утомления	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха. К – представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; П – выполнять правила игры.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	14.03
56					15.03
57	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха. К – представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; П – выполнять правила игры.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	20.03
58	«Пионербол» правила	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	К – эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Р – осознавать самого себя как движущую силу своего учения;	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу;	21.03

			П -выполнять броски мяча в кольцо	приобретению новых знаний и умений.	
59	«Пионербол» техника игры	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.	К – эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; Р – осознавать самого себя как движущую силу своего учения; П -выполнять броски мяча в кольцо	Стремление выполнять социально значимую и социально оцениваемую деятельность, быть полезным обществу; приобретению новых знаний и умений.	25.03
60	«Пионербол» техника игры				03.04
61	«Пионербол» техника игры				04.04
62	«Пионербол»	Управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	К – устанавливать рабочие отношения; Р – самостоятельно форулировать познавательные цели; П – играть в баскетбол по упрощенным правилам	Анализ своей деятельности; сравнение; классификация; действия постановки и решения проблемы.	05.04
63	Подвижные игры	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.	Р- Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха. К – представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; П – выполнять правила игры.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	10.04

67	Эстафеты с элементами прыжков. ОРУ	Научиться называть эстафетам с элементами прыжков	Р – осуществлять пошаговый и итоговый результат, П – самостоятельно выделять и формулировать познавательную деятельность, К – предлагать помощь в сотрудничестве.	Сознание ответственности человека за общее благополучие	18.04
68	Проект «закрепление знаний,умений и навыков за 3 класс»	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности	Р – Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать в ситуациях неуспеха. П – Выполнять правила игры К – Представлять конкретное содержание и сообщать его в спокойной форме.	Формирование эстетических потребностей,ценностей и чувств.	24.05

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Начальное образование существенно отличается от всех последующих этапов образования, в ходе которого изучаются систематические курсы. В связи с этим и оснащение учебного процесса на этой образовательной ступени имеет свои особенности, определяемые как спецификой обучения и воспитания младших школьников в целом, так и спецификой курса «Физическая культура» в частности.

К физкультурному оборудованию предъявляются педагогические, эстетические и гигиенические требования.

Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания детей. Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям младших школьников; его количество определяется из расчёта активного участия всех детей в процессе занятий.

Важнейшее требование — безопасность физкультурного оборудования. Для выполнения его необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они

должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Качество снарядов, устойчивость, прочность проверяется учителем перед уроком.

1.	Технические средства обучения
1.1.	Музыкальный центр
1.2.	Аудиозаписи
2.	Учебно-практическое оборудование
2.1.	Бревно гимнастическое напольное
2.2.	Козел гимнастический
2.3.	Канат для лазанья
2.4.	Перекладина гимнастическая (пристеночная)
2.5.	Стенка гимнастическая
2.6.	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)
2.7.	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)
2.8.	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные
2.9.	Палка гимнастическая
2.10.	Скакалка детская
2.11.	Мат гимнастический
2.12.	Гимнастический подкидной мостик
2.13.	Кегли
2.14.	Обруч пластиковый детский
2.15.	Планка для прыжков в высоту

2.16.	Стойка для прыжков в высоту
2.17.	Флажки: разметочные с опорой, стартовые
2.18.	Лента финишная
2.19.	Рулетка измерительная
2.20.	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям
2.21.	Щит баскетбольный тренировочный
2.23.	Сетка волейбольная
2.22.	Аптечка

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;
Физическая культура, 1-4 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;

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

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

www.edu.ru
www.school.edu.ru
https://uchi.ru