

**Ростовская область город Зверево
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1
имени генерал-лейтенанта Б.П.Юркова**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ
№1 им.Б.П.Юркова
Приказ от 30.08.2021
№ 112-ОД
_____ Т.В. Мищенко

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания методического
совета МБОУ СОШ №1
им.Б.П.Юркова
от _____ № _____
_____ Лопатина М.В.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по
УВР
_____ И.Р. Цыганкова
« _____ » _____ 2021г.

МП

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень общего образования
Класс
Количество часов
Срок реализации
Учитель
Квалификационная категория

начальное общее образование
4б
97
1 год
Волченко Наталия Викторовна
высшая

2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 4 класса составлена на основе:

1. Федерального закона Российской Федерации "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.
2. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования" (с изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г.)
3. Примерной основной общеобразовательной программы основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).
4. Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования. (Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 253 от 31.03. 2014 г. Внесены изменения Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 632 от 22.11.2019 г.);
5. ООП НОО МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова (Принята на заседании педагогического совета протокол № 1 от 28.08.2019 г. Утверждена приказом № 157-ОД от 30.08.2019 г.)
6. Учебного плана МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова на 2021-2022 учебный год. (Утвержден приказом № 82-ОД от 18.06.2021 г.)
7. Годового календарного графика МБОУ СОШ № 1 им. Б.П.Юркова на 2021-2022 учебный год. (Утвержден приказом № 82-ОД от 18.06.2021 г.)
8. Рабочая программа разработана на основе: «Рабочей программы физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва - 2012 г.

Согласно учебному плану на изучение математики в 4 классе отводится 3 часа в неделю, 102 часа в год.

Количество учебных часов, на которое рассчитана данная программа в соответствии с учебным планом, годовым календарным учебным графиком – 97 часов.

Общие цели образования с учетом специфик курса физической культуры:

является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Роль учебного курса, предмета в достижении обучающимися планируемых результатов освоения основной образовательной программы школы (направленность программы на формирование личностных, метапредметных и предметных результатов)

Личностным, включающим готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности.

Метапредметным, включающим освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и

межпредметными понятиями.

Предметным, включающим приобретенный обучающимися в ходе изучения учебного предмета опыт специфической для данной предметной области деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению, а также систему основополагающих элементов научного знания, лежащих в основе современной научной картины мира.

Обоснование выбора содержания части программы по учебному предмету физическая культура:

1. Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.
2. Физическая культура 1-4 классы: учебник для общеобразовательных учреждений / В. И. Лях М.: Просвещение, 2014

Планируемые предметные результаты изучения физической культуры

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса в соответствии с требованиями ФГОС

Требования к уровню подготовки учащихся

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

— бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; — выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание курса физическая культура 4 класса

Легкая атлетика

Кроссовая подготовка

Гимнастика с элементами акробатики

Подвижные игры

Спортивные игры

Формы организации учебных занятий и виды учебной деятельности:

- урок открытия новых знаний;
- урок- рефлексия;
- урок общеметодологической направленности;
- урок развивающего контроля.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре

№ урока	Тема урока	Количество часов	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту
1	Инструктаж по технике безопасности.	1	01.09	
2	Бег 30 м с высокого старта.	1	03.09	
3	Тестирование бега 30-60м.	1	06.09	
4	Прыжок в длину.	1	08.09	
5	Прыжок в высоту.	1	10.09	
6	Тестирование прыжка в длину с места.	1	13.09	
7-8	Метание мяча.	2	15.09 17.09	
9-10	Челночный бег.	2	20.09 22.09	
11-12	Бег 300м.	2	24.09 27.09	
13-14	Инструктаж по Тб. Упражнения с мячом.	2	29.09 01.10	

15-18	Упражнения с мячом.	4	04.10 06.10 08.10 11.10	
19-21	Подвижные и спортивные игры.	3	13.10	
20	Частота сердечных сокращений.	1	15.10	
21			18.10	
22	Техника безопасности.	1	20.10	
23	Кувырок вперёд. Стойка на лопатках.	1	22.10	
24	Мост из положения лёжа на спине.	1	01.11	
25-28	Акробатические упражнения.	4	03.11 08.11 10.11 12.11	
29	Круговая тренировка.	1	15.11	
30	Тестирование подъёма туловища	1	17.11	
31	Прыжки со скакалкой.	1	19.11	
32	Круговая тренировка	1	23.11	
33-36	Знакомство с опорным прыжком. Опорный прыжок.	4	24.11 26.11 29.11 01.12	
37	Вращение обруча.	1	03.12	
38	Круговая тренировка	1	06.12	
39	Тестирование наклон туловища из положения сидя.	1	08.12	
40	Тестирование подтягиваний и отжиманий.	1	10.12	
41	Круговая тренировка	1	14.12	
42	Связь физ. культуры с трудовой деятельностью.	1	13.12	
43	Инструктаж по ТБ. Измерение длины и массы тела.	1	15.12	
44	Комплекс упр. для укрепления мышц туловища.	1	17.12	
45	Комплекс упр. для развития гибкости.	1	20.12	
46-47	Передача двумя руками сверху.	2	22.12 24.12	
48-49	Приём мяча снизу двумя руками.	2	10.01 12.01	
50-51	Подача мяча.	2	14.01 17.01	
52-54	Подвижные игры.	3	19.01 21.01 24.01	
55-56	Броски и ловля мяча в парах.	2	26.01 28.01	
57-60	Ведение мяча.	4	31.01 02.02 04.02 07.02	

61-63	Броски мяча в кольцо.	3	09.02 11.02 14.02	
64-69	Баскетбол.	6	15.02 18.02 21.02 25.02 02.03 04.03	
70	Комплекс ОРУ на осанку.	1	09.03	
71	Комплекс ОРУ на гибкость.	1	11.03	
72	Физ. подготовка и её связь с развитием систем дыхания.	1	14.03	
73	Инструктаж по ТБ.	1	16.03	
74	Передача мяча.	1	18.03	
75-76	Ведение мяча.	2	28.03 30.03	
77-80	Спортивная игра «Футбол».	4	01.04 04.04 06.04 08.04	
81-83	Бег 30-60 м.	3	11.04 13.04 15.04	
84	Тестирование бега 30-60м.	1	18.04	
85	Прыжок в длину.	1	20.04	
86	Прыжок в высоту.	1	22.04	
87	Прыжок в длину способом согнув ноги.	1	25.04	
88	Тестирование прыжка в длину с места.	1	27.04	
89-92	Метание мяча.	4	29.04 04.05 06.05 11.05	
93-94	Челночный бег.	2	13.05 16.05	
95	Бег 300м.	1	18.05	
96	Бег 300м.	1	20.05	
97	Подвижные игры.	1	23.05	