

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и профессионального образования

Ростовской области

отдел образования Администрации Чертковского района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

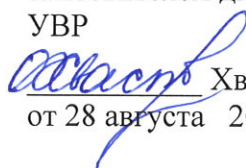
Павловская основная общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
ОУ №2 от 31.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместителем директора по
УВР

 Хвастова О.В.
от 28 августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

 Дронова В.В.

Приказ № 53 от 31 августа
2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 863405)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 4 класса

х. Павловка 2023

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 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 физкультурминуток 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.

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.

Программа составлена в соответствии с учебным планом школы: в 1 классе – 66 часов (2 часа в неделю), во 2 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 3 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 4 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Из истории развития физической культуры в России	1			05.09.2023	prosv.ru
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			07.09.2023	
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			12.09.2023	prosv.ru
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			14.09.2023	
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			19.09.2023	prosv.ru
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			21.09.2023	prosv.ru
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			26.09.2023	
8	Закаливание организма	1			28.09.2023	prosv.ru
9	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			03.10.2023	
10	Упражнения в прыжках в длину с разбега	1			05.10.2023	

11	Беговые упражнения	1			10.10.2023	prosv.ru
12	Беговые упражнения	1			12.10.2023	prosv.ru
13	Метание малого мяча на дальность	1			17.10.2023	
14	Метание малого мяча на дальность	1			19.10.2023	prosv.ru
15	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			24.10.2023	
16	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			26.10.2023	prosv.ru
17	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			07.11.2023	prosv.ru
18	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			09.11.2023	
19	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			14.11.2023	prosv.ru
20	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			16.11.2023	
21	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			21.11.2023	
22	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			23.11.2023	prosv.ru
23	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			28.11.2023	
24	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			30.11.2023	prosv.ru
25	Предупреждение травм при выполнении	1				

	гимнастических и акробатических упражнений				05.12.2023		prosv.ru
26	Гимнастические упражнения	1			07.12.2023		prosv.ru
27	Акробатическая комбинация	1			12.12.2023		
28	Акробатическая комбинация	1			14.12.2023		prosv.ru
29	Урок-зачёт. Акробатическая комбинация	1	1		19.12.2023		
30	Акробатические и гимнастические упражнения	1			21.12.2023		prosv.ru
31	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			26.12.2023		prosv.ru
32	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			28.12.2023		
33	Упражнения из игры волейбол	1			09.01.2024		
34	Упражнения из игры волейбол	1			11.01.2024		prosv.ru
35	Упражнения из игры баскетбол	1			16.01.2024		prosv.ru
36	Упражнения из игры баскетбол	1			18.01.2024		
37	Упражнения из игры футбол	1			23.01.2024		prosv.ru
38	Упражнения из игры футбол	1			25.01.2024		
39	Упражнения из игры футбол	1			30.01.2024		prosv.ru
40	Упражнения из игры волейбол	1			01.02.2024		prosv.ru
41	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			06.02.2024		
42	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1			08.02.2024		prosv.ru
43	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Стигание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			13.02.2024		
44	Освоение правил и техники выполнения	1					

	норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты				15.02.2024	
45	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			20.02.2024	prosv.ru
46	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			22.02.2024	prosv.ru
47	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			27.02.2024	
48	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			29.02.2024	prosv.ru
49	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			05.03.2024	
50	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			07.03.2024	prosv.ru
51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание	1			12.03.2024	prosv.ru

	туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры							
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Эстафеты	1				14.03.2024		
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1				19.03.2024		prosv.ru
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				21.03.2024		
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1				02.04.2024		
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				04.04.2024		prosv.ru
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1				09.04.2024		prosv.ru
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				11.04.2024		
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1				16.04.2024		prosv.ru
60	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подвижные игры	1				18.04.2024		

61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО Подвижные игры	1			23.04.2024	prosv.ru
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			25.04.2024	prosv.ru
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			02.05.2024	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			07.05.2024	prosv.ru
65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			14.05.2024	prosv.ru
66	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	1		16.05.2024	
67	Эстафеты. Подвижные игры	1			21.05.2024	
68	Подвижные игры. Эстафеты	1			23.05.2024	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	2	0		