

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЗАХАРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА

Выписка из содержательного раздела
образовательной программы
начального общего образования (ОП НОО),
утвержденной приказом №231 от 30.08.2023 г.,
согласовано на Педагогическом совете,
протокол №1 от 30.08.2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2884497)

учебного предмета «Физическая культура»
для начального общего образования (1-4 классы)

п. Летний отдых, 2023 г.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования:

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Личностные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности, организации 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.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на основе:

- становления ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознания её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирования нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявления уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительного отношения к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремления к формированию культуры здоровья, соблюдения правил здорового образа жизни;
- проявления интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании первого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 УУД:

- 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 учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

регулятивные УУД:

- 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.

По окончании второго года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 УУД:

- объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм школьников (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 УУД:

- соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки);
- 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 учащимся;
- контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр,
проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

По окончании третьего года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 культурой;
- 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 триместрам.

коммуникативные УУД:

- 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 УУД:

- 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.

По окончании четвертого года обучения учащиеся научатся:

познавательные УУД:

- 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 назначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

- взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
- использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

регулятивные УУД:

- 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:

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного предмета «Физическая культура»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

1класс.

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- 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;

- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2класс.

К концу обучения во втором классе обучающийся научится:

- 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;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3класс.

К концу обучения в третьем классе обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической и игровой 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;
- 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;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 класс.

К концу обучения в четвёртом классе обучающийся научится:

- 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 сердечнососудистой 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;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
- демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

Содержание учебного предмета «Физическая культура»:

1 класс.

Знания о физической культуре. Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке, связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и правила его составления и соблюдения. Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с элементами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лёгкая атлетика: Равномерная ходьба и равномерный бег; прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры: Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

Развитие основных физических качеств, средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

2класс.

Знания о физической культуре: история 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.

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

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с элементами 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.

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, волейбол, футбол).

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

Зкласс.

Знания о физической культуре. История развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России История появления современного спорта.

Способы самостоятельной деятельности: Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений

для комплексов физкультурминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

Спортивно-оздоровительная физическая культура: Гимнастика с элементами акробатики. Строевые упражнения в движении противоходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком.

Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку, с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Лёгкая атлетика: Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег; бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Подвижные и спортивные игры: Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча; ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача; приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча; удар по неподвижному футбольному мячу.

Развитие основных физических качеств, средствами базовых видов спорта
Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4 класс.

Знания о физической культуре: История развития физической культуры в России
Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности: Физическая подготовка, влияние занятий физической подготовки на работу организма. Регулирование физической нагрузки

по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Оздоровительная физическая культура. Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости) Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах; солнечные и воздушные процедуры.

Спортивно-оздоровительная физическая культура. Гимнастика с элементами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений.

Лёгкая атлетика: Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Подвижные и спортивные игры: Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача; приём и передача мяча сверху; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы; выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Тематическое планирование 1класс.

№	Наименование разделов и тем.	Кол ичес тво часо в	Деятельность учителя с учетом программы воспитания	Электронные (цифровые) образователь ные ресурсы
Знания о физической культуре 1ч.				www.reshe.ru
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	

Легкая атлетика 10ч.				www.resn.ru
2	Инструкция по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой. Тестирование бега на 30м с высокого старта.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
3	Техника челночного бега.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
4	Тестирование челночного бега 3на10м.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
5	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
6	Тестирование метания малого мяча на дальность.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
7	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
8	Беговые упражнения.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
9	Прыжок в высоту.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
10	Бросок набивного мяча от груди.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
11	Бросок набивного мяча снизу.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.resn.ru
12	Возникновение физической культуры и спорта.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование	

			личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
13	Что такое физическая культура.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Подвижные игры 10ч.				www.reshe.ru
14	Русская народная игра «Горелки».	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
15	Подвижная игра «Мышеловка».	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
16	Ловля и броски мяча в парах.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
17	Подвижная игра «Осада города».	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
18	Индивидуальная работа с мячом.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
19	Школа укрощения мяча.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
20	Подвижная игра «Ночная охота».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
21	Глаза закрывай - упражнение начинай.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
22	Подвижные игры.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
23	Подвижная игра «Белочка-защитница».	1	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
Гимнастика с элементами акробатики 15ч.				www.reshe.ru
24	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
25	Тестирование подъёма туловища из положения, лежа за 30с.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности	

			и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
26	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лежа.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
27	Тестирование виса на время.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
28	Перекаты.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
29	Разновидности перекатов.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
30	Техника выполнения кувырка вперед.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
31	Кувырок вперед.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
32	Стойка на лопатках, «мост».	1	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
33	Лазанье по гимнастической стенке.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
34	Обруч - учимся им управлять.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
35	Круговая тренировка.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
36	Прыжки в скакалку.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
37	Прыжки со скакалкой.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование	

			личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
38	Прохождение полосы препятствий.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.resn.ru
39	Личная гигиена человека.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
40	Темп и ритм.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
Подвижные игры 18ч.				www.resn.ru
41	Броски и ловля мяча в парах.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
42	Броски и ловля мяча в парах.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
43	Ведение мяча.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
44	Ведение мяча в движении.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
45	Эстафеты с мячом.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
46	Подвижные игры с мячом.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
47	Подвижные игры.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
48	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	

49	Точность бросков мяча через волейбольную сетку.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
50	Подвижная игра «Вышибала через сетку».	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
51	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
52	Подвижная игра «Точно в цель».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
53	Подвижные игры для зала.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
54	Командная игра «хвостики»	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
55	Русская народная игра «горелки»	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
56	Командные подвижные игры.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
57	Подвижные игры с мячом.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
58	Подвижные игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Знания о физической культуре 1ч.				www.reshe.ru
59	Олимпийские игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Легкая атлетика 9ч.				www.reshe.ru
60	Бросок набивного мяча от груди.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	

61	Бросок набивного мяча снизу.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
62	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
63	Техника метания на точность.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
64	Тестирование метания малого мяча на точность.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
65	Беговые упражнения.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
66	Тестирование челночного бега 3на10м.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
67	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
68	Тестирование бега на 30м.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Итого: 68ч.				

Тематическое планирование 2класс.

№	Наименование разделов и тем.	Количество часов	Деятельность учителя с учетом программы воспитания.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Знания о физической культуре 1ч.				www.reshe.ru
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	

Легкая атлетика 10ч.				www.reshe.ru
2	Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Тестирование бега на 30м. с высокого старта.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
3	Техника челночного бега.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
4	Тестирование челночного бега 3на10м.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
5	Техника метания мешочка на дальность.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
6	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
7	Техника прыжка в длину с разбега.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
8	Прыжок в длину с разбега.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
9	Прыжок в длину с разбега на результат.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
10	Тестирование метания малого мяча на точность.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
11	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.reshe.ru
12	Физические качества.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
13	Режим дня.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Подвижные игры 10ч.				www.reshe.ru
14	Подвижные игры. Техника безопасности на уроках по подвижным играм.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	

15	Подвижная игра «Кот и мыши».	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
16	Ловля и броски малого мяча в парах.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
17	Подвижная игра «Осада города».	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
18	Броски и ловля мяча в парах.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
19	Ведение мяча.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
20	Упражнения с мячом.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
21	Подвижные игры.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
22	Подвижная игра «Белочка защитница».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
23	Броски и ловля мяча в парах.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Гимнастика с элементами акробатики 15ч.				www.resn.ru
24	Техника безопасности на уроках гимнастики. Упражнения на координацию движений.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
25	Тестирование наклона вперед из положения стоя.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
26	Тестирование подъёма туловища из положения, лежа за 30с.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
27	Кувырок вперед.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
28	Стойка на лопатках, мост.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных	

			ситуаций.	
29	Круговая тренировка.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
30	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
31	Различные виды перелезаний.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
32	Прыжки в скакалку.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
33	Прыжки в скакалку в движении.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
34	Круговая тренировка.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
35	Вращение обруча.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
36	Варианты вращения обруча.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
37	Лазание по канату и круговая тренировка.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
38	Круговая тренировка.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.reshe.ru
39	Частота сердечных сокращений, способы ее измерения.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
40	Олимпийские игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Подвижные игры 18ч.				www.reshe.ru
41	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «снизу».	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	

42	Броски мяча в баскетбольное кольцо способом «сверху».	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
43	Ведение мяча и броски в баскетбольное кольцо.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
44	Эстафеты с мячом.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
45	Упражнения и подвижные игры с мячом.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
46	Круговая тренировка.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
47	Подвижные игры.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
48	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
49	Броски мяча через волейбольную сетку на точность.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
50	Броски мяча через волейбольную сетку с дальних дистанций.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
51	Подвижная игра «Вышибалы через сетку».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
52	Контрольный урок по броскам мяча через волейбольную сетку.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
53	Подвижные игры для зала.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
54	Подвижная игра «Хвостики».	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
55	Подвижная игра «воробьи-вороны»	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
56	Подвижные игры с мячом.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	

57	Подвижные игры.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
58	Эстафеты.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Знания о физической культуре 1ч.				www.resn.ru
59	Личная гигиена человека.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Легкая атлетика 9ч.				www.resn.ru
60	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
61	Преодоление полосы препятствий.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
62	Прыжки на мячах хопках.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
63	Броски набивного мяча.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
64	Метание малого мяча на точность.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
65	Беговые упражнения.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
66	Равномерный бег.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
67	Бег на 1000м.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
68	Усложненная полоса препятствий.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Итого: 68ч.				

Тематическое планирование

Зкласс.

№	Наименование разделов и тем.	Кол иче ст во час	Деятельность учителя с учетом программы воспитания.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
---	------------------------------	-------------------------------	---	--

		ОВ		
Знания о физической культуре 1ч.				www.reshe.ru
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Легкая атлетика 10ч.				www.reshe.ru
2	Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Тестирование бега на 30м с высокого старта.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
3	Техника челночного бега.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
4	Тестирование челночного бега 3 на 10м.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
5	Способы метания мешочка (мяча) на дальность.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
6	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
7	Прыжок в длину с разбега.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
8	Прыжки в длину с разбега на результат.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
9	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
10	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
11	Тестирование метания малого мяча на точность.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.reshe.ru
12	Пас и его значение в спортивных играх с мячом.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
13	Закаливание.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Подвижные игры 10ч.				www.reshe.ru
14	Подвижная игра «Осада города».	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
15	Броски и ловля мяча в парах.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
16	Ведение мяча.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе	

			представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
17	Подвижные игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
18	Эстафеты с мячом.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
19	Подвижные игры.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
20	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
21	Подвижная игра «Пионербол».	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
22	Подготовка к волейболу.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
23	Подвижные игры.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
Гимнастика с элементами акробатики 15ч.				www.reshe.ru
24	Техника безопасности на уроках гимнастики. Тестирование наклона вперед из положения стоя.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
25	Тестирование подтягивания на низкой перекладине.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
26	Тестирование виса на время.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
27	Кувырок вперед.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
28	Варианты выполнения кувырка вперед.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
29	Кувырок назад.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
30	Кувырки.	1	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
31	Круговая тренировка.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
32	Лазанье и перелазание по гимнастической стенке.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	

33	Прыжки в скакалку.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
34	Прыжки в скакалку в тройках.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
35	Лазание по канату в три приема.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
36	Круговая тренировка.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
37	Круговая тренировка.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
38	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.reshe.ru
39	Волейбол как вид спорта.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
40	Олимпийские игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Подвижные игры 18ч.				www.reshe.ru
41	Броски и ловля мяча в парах.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
42	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
43	Подвижная игра «Пионербол».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
44	Контрольный урок по волейболу.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
45	Знакомство с баскетболом.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
46	Спортивная игра «Баскетбол».	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
47	Спортивная игра «Футбол».	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
48	Футбольные упражнения.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
49	Футбольные упражнения в парах.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	

			взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
50	Различные варианты футбольных упражнений в парах.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
51	Подвижная игра «Флаг на башне».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
52	Эстафеты с мячом.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
53	Подвижная игра «Пионербол».	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
54	Подвижная игра «Пионербол».	1	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
55	Спортивные игры.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
56	Подвижные и спортивные игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
57	Эстафеты с мячом.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
58	Подвижная игра «Пионербол».	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
Знания о физической культуре 1ч.				www.reshe.ru
59	Закаливание.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
Легкая атлетика 9ч.				www.reshe.ru
60	Полоса препятствий.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
61	Прыжок в высоту с прямого разбега.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
62	Прыжки на мячах хопках.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
63	Броски набивного мяча.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
64	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,	

			сопереживания чувствам других людей.	
65	Тестирование метания малого мяча.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
66	Беговые упражнения.	1	формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
67	Бег на 1000м.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
68	Тестирование челночного бега 3на10м.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
Итого: 68ч.				

Тематическое планирование

4класс.

№	Наименование разделов и тем.	Количество часов	Деятельность учителя с учетом программы воспитания.	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы

		06		
Знания о физической культуре 1ч.				www.reshe.ru
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
Легкая атлетика 10ч.				www.reshe.ru
2	Тестирование бега на 30м. с высокого старта.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
3	Беговые упражнения.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
4	Бег на 1000м.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
5	Тестирование бега на 60м. с высокого старта.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
6	Тестирование метания мешочка на дальность.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
7	Техника прыжка в длину с разбега.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
8	Прыжок в длину с разбега на результат.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
9	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
10	Челночный бег.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
11	Тестирование метания малого мяча на точность.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
Знания о физической культуре 2ч.				www.reshe.ru
12	Спортивная игра «футбол».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
13	Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Техника безопасности на уроках.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
Подвижные игры 10ч.				www.reshe.ru
14	Броски и ловля мяча в парах. Техника безопасности на подвижных и спортивных играх.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
15	Броски мяча в парах на точность.	1	Формирование установки на безопасный,	

			здоровый образ жизни.	
16	Броски и ловля мяча в парах.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
17	Броски и ловля мяча в парах у стены.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
18	Подвижная игра «Осада города»	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
19	Броски и ловля мяча.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
20	Упражнения с мячом.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
21	Ведение мяча.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
22	Подвижные игры.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
23	Броски мяча через волейбольную сетку.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
Гимнастика с элементами акробатики 15ч.				www.resn.ru
24	Кувырок вперед. Техника безопасности на уроках гимнастики.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
25	Кувырок назад.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
26	Круговая тренировка.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
27	Лазанье по гимнастической стенке и висы.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
28	Круговая тренировка.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
29	Прыжки в скакалку.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
30	Вращение обруча.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
31	Тестирование наклона из	1	Формирование установки на безопасный,	

	положения стоя.		здоровый образ жизни.	
32	Тестирование подтягиваний и отжиманий.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
33	Тестирование подъёма туловища из положения, лежа за 30с.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
34	Прыжки в скакалку.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
35	Знакомство с опорным прыжком.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
36	Опорный прыжок.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
37	Круговая тренировка.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
38	Гимнастические упражнения.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
Знания о физической культуре 2ч.				www.resn.ru
39	Зарядка. Подготовка лыжного инвентаря к уроку. Техника безопасности на уроках.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
40	Физкульт-минутка.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
Подвижные игры 18ч.				www.resn.ru
41	Подвижная игра «Пионербол».	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
42	Волейбольные упражнения.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
43	Подвижная игра «Пионербол».	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
44	Спортивные игры.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
45	Подвижные и спортивные игры.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
46	Баскетбольные упражнения.	1	Формирование эстетических потребностей,	

			ценностей и чувств;	
47	Спортивная игра «Баскетбол».	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
48	Передача баскетбольного мяча.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
49	Футбольные упражнения.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
50	Спортивная игра «Футбол».	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
51	Эстафеты с мячом.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
52	Футбольные упражнения.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
53	Футбольные упражнения в парах.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
54	Различные варианты футбольных упражнений в парах.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
55	Подвижная игра «Пионербол».	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
56	Спортивные игры.	1	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.	
57	Подвижные и спортивные игры.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
58	Эстафеты с мячом.	1	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	
Знания о физической культуре 1ч.				www.resn.ru
59	Олимпийские игры современности.	1	Формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание этнической и национальной принадлежности.	
Легкая атлетика 9ч.				www.resn.ru
60	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Полоса препятствий.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
61	Прыжок в высоту способом «Перешагивание».	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование	

			личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
62	Бег на 1000м.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
63	Челночный бег.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
64	Броски набивного мяча.	1	Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
65	Тестирование прыжка в длину с места.	1	Формирование мотивации к изучению нового; развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	
66	Тестирование метания малого мяча.	1	Формирование уважительного отношения к культуре других народов; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли.	
67	Беговые упражнения.	1	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей.	
68	Бег на 1000м.	1	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;	
69	Тестирование челночного бега 3на10м.		Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.	
Итого: 68ч.				