

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Смоленской области
Муниципальное образование «Рославльский район»
Смоленской области
МБОУ «Средняя школа № 1»

ПРИНЯТО

на заседании педагогического
совета школы
Протокол от 29.08.2024 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ
«Средняя школа №1»
от 30.08.2024 г. № 259

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

(ID 6067041)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 4 «А» класса

начального общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Кулешова Ольга Николаевна,
учитель начальных классов

Рославль, 2024

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 4 «А» КЛАССА НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД (ID 6067041)**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения по плану	Дата изучения по факту	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1	Из истории развития физической культуры в России	1			03.09.2024		
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			06.09.2024		
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			10.09.2024		
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			13.09.2024		
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			17.09.2024		
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры и оказание	1			20.09.2024		

	первой помощи при травмах						
7	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			24.09.2024		
8	Закаливание организма	1			27.09.2024		
9	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			01.10.2024		
10	Акробатическая комбинация	1			04.10.2024		
11	Акробатическая комбинация	1			08.10.2024		
12	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			11.10.2024		
13	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			15.10.2024		

14	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			18.10.2024		
15	Обучение опорному прыжку	1			22.10.2024		
16	Обучение опорному прыжку	1			25.10.2024		
17	Упражнения на гимнастической перекладине	1			05.11.2024		
18	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики, подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине 90 см - девочки	1			08.11.2024		
19	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			12.11.2024		
20	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			15.11.2024		

21	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			19.11.2024		
22	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			22.11.2024		
23	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			26.11.2024		
24	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			29.11.2024		
25	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000 м	1			03.12.2024		
26	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30 м	1			06.12.2024		
27	Беговые упражнения	1			10.12.2024		
28	Метание малого мяча на дальность	1			13.12.2024		
29	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса	1			17.12.2024		

	ГТО. Метание мяча весом 150 г						
30	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км	1			20.12.2024		
31	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1			24.12.2024		
32	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			27.12.2024		
33	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			14.01.2025		
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			17.01.2025		
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			21.01.2025		

36	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1			24.01.2025		
37	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1			28.01.2025		
38	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			31.01.2025		
39	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			04.02.2025		
40	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			07.02.2025		
41	Передвижение одношажным одновременным ходом по фазам движения и в полной координации	1			11.02.2025		
42	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на лыжах 1 км	1			14.02.2025		

43	Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	1			18.02.2025		
44	Подводящие упражнения	1			21.02.2025		
45	Подводящие упражнения	1			25.02.2025		
46	Упражнения с плавательной доской	1			28.02.2025		
47	Упражнения в скольжении на груди	1			04.03.2025		
48	Упражнения в скольжении на груди	1			07.03.2025		
49	Плавание кролем на спине в полной координации	1			11.03.2025		
50	Плавание кролем на спине в полной координации	1			14.03.2025		
51	Упражнения в плавании способом кроль	1			18.03.2025		
52	Упражнения в плавании способом кроль	1			21.03.2025		
53	Упражнения в плавании способом кроль	1			08.04.2025		
54	Освоение правил и техники выполнения	1			11.04.2025		

	норматива комплекса ГТО. Плавание 50 м						
55	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			15.04.2025		
56	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			18.04.2025		
57	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			22.04.2025		
58	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			25.04.2025		
59	Промежуточная аттестация (тестирование)	1	1		29.04.2025		
60	Разучивание подвижной игры «Паровая машина». Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			06.05.2025		
61	Упражнения из игры волейбол	1			13.05.2025		
62	Упражнения из игры волейбол	1			16.05.2025		
63	Упражнения из игры баскетбол	1			20.05.2025		

64	Упражнения из игры баскетбол	1			23.05.2025		
65	Упражнения из игры футбол	1					
66	Упражнения из игры футбол	1					
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1					
68	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С. Петров Физическая культура 3-4 кл. Москва, «Просвещение», 2021 г.
- Физическая культура - 4 класс - Российская электронная школа (resh.edu.ru)
- <https://www.gto.ru>

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- <https://resh.edu.ru/>
- https://edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm
- Методические рекомендации | ВФСК ГТО (gto.ru)
- <https://www.gto.ru>

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

- <https://uchi.ru> https://edsoo.ru/Methodicheskie_videouroki.htm Физическая культура
- Российская электронная школа (resh.edu.ru)
- <https://www.gto.ru>
- ВФСК ГТО (gto.ru)

**Реализация воспитательного потенциала учебного предмета
«Физическая культура» через урочную систему обучения и воспитания
4-а класс**

№ п/п	Тема раздела	Кол во часов	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Модуль рабочей программы воспитания Урочная деятельность», «Основные школьные дела»	Сроки
1	Обучение опорному прыжку	2	формирование у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений	День народного единства.	1 чет верть
2	Беговые упражнения. Метание малого мяча на дальность	2	выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности	День Конституции Российской Федерации.	2 чет верть
3	Упражнения в плавании способом кроль	2	побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы	День восстановления Крыма с Россией.	3 чет верть
4	Упражнения из игры волейбол	2	формирование у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений	18 мая - Международный день музеев. Краеведческий музей - многообразие видов, форм, материалов и техник современного декоративного искусства.	4 чет верть