

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_№ 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом по МБОУ

«Средняя школа №1»

от 30.08.2024 № 259

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ

(ID 5602301)

учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)

для обучающихся 4Б класса

начального общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель: Александрова Ирина Алексеевна,
учитель начальных классов

Рославль, 2024

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3			Поле для свободного ввода
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			Поле для свободного ввода
1.2	Закаливание организма	1			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		2			

Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Гимнастика с основами акробатики	10			Поле для свободного ввода
2.2	Легкая атлетика	7			Поле для свободного ввода
2.3	Лыжная подготовка	10			Поле для свободного ввода
2.5	Подвижные и спортивные игры	12			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		65			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	20			Поле для свободного ввода
Итого по разделу		20			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	1	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 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			02.09.2024	
2	Из истории развития национальных видов спорта	1			05.09.2024	
3	Самостоятельная физическая подготовка	1			09.09.2024	
4	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			12.09.2024	
5	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			16.09.2024	
6	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			19.09.2024	
7	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			23.09.2024	
8	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			26.09.2024	
9	Закаливание организма	1			30.09.2024	
10	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и	1			03.10.2024	

	акробатических упражнений					
11	Акробатическая комбинация	1			07.10.2024	
12	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			10.10.2024	
13	Опорной прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			14.10.2024	
14	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			17.10.2024	
15	Обучение опорному прыжку	1			21.10.2024	
16	Обучение опорному прыжку	1			24.10.2024	
17	Упражнения на гимнастической перекладине	1			07.11.2024	
18	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			11.11.2024	
19	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			14.11.2024	
20	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			18.11.2024	
21	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			21.11.2024	
22	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			25.11.2024	
23	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			28.11.2024	
24	Беговые упражнения	1			02.12.2024	

25	Беговые упражнения	1			05.12.2024	
26	Метание малого мяча на дальность	1			09.12.2024	
27	Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	1			12.12.2024	
28	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			16.12.2024	
29	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			19.12.2024	
30	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			23.12.2024	
31	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом: подводящие упражнения	1			26.12.2024	
32	Имитационные упражнения в передвижении на лыжах	1			09.01.2025	
33	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			13.01.2025	
34	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			16.01.2025	
35	Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом с небольшого склона	1			20.01.2025	
36	Передвижение одношажным	1			23.01.2025	

	одновременным ходом по фазам движения и в полной координации					
37	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			27.01.2025	
38	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1			30.01.2025	
39	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1			03.02.2025	
40	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			06.02.2025	
41	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1			10.02.2025	
42	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1			13.02.2025	
43	Разучивание подвижной игры «Гонка лодок»	1			17.02.2025	
44	Упражнения из игры волейбол	1			20.02.2025	
45	Упражнения из игры волейбол	1			24.02.2025	
46	Упражнения из игры баскетбол	1			27.02.2025	
47	Упражнения из игры баскетбол	1			03.03.2025	
48	Упражнения из игры футбол	1			06.03.2025	
49	Правила выполнения спортивных нормативов 3 степени	1			10.03.2025	
50	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1			13.03.2025	

51	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1			17.03.2025	
52	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1			20.03.2025	
53	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			24.03.2025	
54	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			27.03.2025	
55	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			07.04.2025	
56	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			10.04.2025	
57	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой	1			14.04.2025	

	перекладине 90см. Эстафеты					
58	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			17.04.2025	
59	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			21.04.2025	
60	Промежуточная аттестация (тестирование)	1	1		24.04.2025	
61	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			28.04.2025	
62	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			05.05.2025	
63	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			12.05.2025	
64	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			15.05.2025	

65	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			19.05.2025	
66	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			22.05.2025	
67	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			26.05.2025	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	1	0		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

Формы учета рабочей программы воспитания

Воспитательный потенциал учебного предмета физическая культура

на уровне начального общего образования реализуется на деятельностной основе через:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования 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;
- включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;
- 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;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культурой, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;
- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;
- организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

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

№ п/п	Тема раздела	Кол-во часов	Форма реализации воспитательного потенциала темы	Модуль рабочей программы воспитания «Урочная деятельность», «Основные школьные дела»	Сроки
1.	Знания о физической культуре	2	<p>Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих задач для решения.</p> <p>Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.</p> <p>Инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности</p>	<p>День солидарности в борьбе с терроризмом</p> <p>Международный день распространения грамотности</p> <p>Месячник безопасности</p> <p>- Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения</p>	Сентябрь-октябрь
2	Способы самостоятельной	3	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих задач для решения.	День солидарности в борьбе с терроризмом	Сентябрь-октябрь

	деятельности		<p>Применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.</p> <p>Инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности</p>	<p>Международный день распространения грамотности</p> <p>Месячник безопасности</p> <p>- Инструктаж по ТБ и правилам безопасного поведения</p>	
3.	Оздоровительная физическая культура	2	<p>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;</p> <p>привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках физической культуры, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;</p>	<p>Тематические мероприятия посвященные Дню Государственного герба Российской Федерации</p> <p>День матери</p>	ноябрь
4.	Спортивно-оздоровительная физическая культура	42	<p>максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков,</p>	<p>Общешкольный фестиваль науки,</p> <p>Месячник военно-патриотической и оборонно-спортивной работы</p>	Сентябрь -май

			<p>заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;</p> <p>включение в рабочую программу учебного предмета физическая культура целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;</p> <p>побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;</p> <p>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;</p>	<p>Декада школьного музея</p> <p>-Стеринская неделя «Его имя носит твоя школа»</p> <p>День Героев Отечества</p> <p>День прав человека</p> <p>День полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады</p> <p>День защитника отечества,</p> <p>Всемирный день театра,</p> <p>11 лет со Дня воссоединения Крыма с Россией</p>	
5.	Прикладно-ориентированная физическая культура	19	<p>побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;</p> <p>максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета физическая культура для формирования 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</p>	<p>Всемирный день здоровья</p> <p>Праздник Весны и Труда</p> <p>Цикл мероприятий приуроченных к Победе в Великой Отечественной войне</p> <p>День защиты детей День детских общественных организаций России</p>	Апрель-май

			для обсуждений;		
--	--	--	-----------------	--	--