**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Комитет образования, науки и молодежной политики Волгоградской области**

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ**

**МКОУ СШ № 4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Слюсаренко Н.И.  Протокол №  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 2024 г. | СОГЛАСОВАНО  Зам.директора по ВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Макарова О.А.  Протокол №  от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ \_\_\_ г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор МКОУ СШ №4  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Быкадорова Л.В.  Протокол №  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_ г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 4947129)

**учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 1)**

для обучающихся 4 классов

**г.Котельниково 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 | 5 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| Итого по разделу | | 5 |  | | |
| **Раздел 2.** **Способы физкультурной деятельности** | | | | | |
| 2.1 | Способы физкультурной деятельности | 9 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| Итого по разделу | | 9 |  | | |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** | | | | | |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** | | | | | |
| 1.1 | Техника выполнения специальных комплексов упражнений основной гимнастики | 17 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 1.2 | Универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий и выполнение перемещений различными способами передвижений | 2 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 1.3 | Игры и игровые задания | 4 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| Итого по разделу | | 23 |  | | |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** | | | | | |
| 2.1 | Универсальные умения выполнения физических упражнений при взаимодействии в группах | 2 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2.2 | Универсальные умения плавания спортивными стилями | 14 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2.3 | Универсальные умения удержания, броска, ловли, вращения, переката (передачи) гимнастических предметов (мяч, скакалка) | 3 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2.4 | Универсальные умения удержания равновесий, выполнения прыжков, поворотов, танцевальных шагов индивидуально и в группах, выполнение акробатических упражнений | 4 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2.5 | Организация и проведение подвижных игр, игровых заданий, спортивных эстафет. Организация участия в соревновательной деятельности, контрольно-тестовых упражнениях, сдаче нормативов ГТО | 2 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2.6 | Игры и игровые задания, спортивные эстафеты | 3 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2.7 | Подготовка к демонстрации достигнутых результатов | 3 | 0 | 0 | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| Итого по разделу | | 31 |  | | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 0 |  |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**4 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Дата изучения** | **Электронные цифровые образовательные ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные работы** | **Практические работы** |
| 1 | Характеристика физической культуры, ее роли в общей культуре человека. Задачи спорта и задачи физической культуры. Важные навыки жизнедеятельности человека | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 2 | Туристическая деятельность | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 3 | Строевые команды. Строевые упражнения | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 4 | Основные правила безопасного поведения на уроке физической культуры. Направления физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 5 | Классификация физических упражнений по целевому назначению. Техника выполнения упражнений для тестирования результатов развития физических качеств и способностей | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 6 | Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями: общая разминка, партерная разминка, разминка у опоры | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 7 | Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьеформирующими физическими упражнениями: игры и игровые задания | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 8 | Способы демонстрация полученных навыков и умений выполнения физических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 9 | Методы определения динамики развития гибкости и координационно-скоростных способностей | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 10 | Проектирование новых игр и игровых заданий, способов демонстрации полученных навыков и умений выполнения физических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 11 | Моделирование комплексов упражнений на развитие гибкости и увеличения эластичности мышц | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 12 | Моделирование комплексов упражнений на развитие координационно-скоростных способностей и меткости | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 13 | Моделирование комплексов упражнений на развитие моторики; на увеличение подвижности суставов, формирование стопы и осанки; на укрепление мышц тела. Моделирование игр и игровых заданий с выполнением комплексов физических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 14 | Туристическая деятельность: базовое снаряжение для похода, составление маршрута, ориентирование на местности | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 15 | Типичные ошибки при выполнении специальных комплексов упражнений основной гимнастики | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 16 | Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц спины | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 17 | Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц ног | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 18 | Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц рук | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 19 | Техника выполнения комплексов упражнений на укрепление мышц живота | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 20 | Техника выполнения комплексов упражнений на развитие гибкости позвоночника | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 21 | Техника выполнения комплексов упражнений на развитие подвижности тазобедренных суставов; на развитие подвижности коленных и голеностопных суставов; на развитие эластичности мышц ног | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 22 | Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическими предметами для развития координации. Техника выполнения комплексов акробатических упражнений для развития координации. Техника выполнения комплексов упражнений с гимнастическими предметами для развития координации. Техника выполнения комплексов танцевальных шагов для развития координации | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 23 | Проектирование правил новых ролевых спортивных эстафет. Участие в спортивных эстафетах по ролям | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 24 | Универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий: утренняя гимнастика, тренировочные занятия | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 25 | Техника выполнения строевого, походного шага, практика выполнения строевых команд. Демонстрация универсальных умений при выполнении организующих упражнений для групп. Демонстрация универсальных умений при выполнении организующих упражнений для групп при выполнении спортивных упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 26 | Составление комплекса базовых упражнений гимнастики для общей разминки. Демонстрация программы с базовыми упражнениями гимнастики для общей разминки | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 27 | Техника выполнения перемещений: перекаты, повороты, прыжки, танцевальные шаги | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 28 | Составление и демонстрация программ с базовыми упражнениями для физкультминуток на воздухе и в зале | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 29 | Моделирование комплексов упражнений общей гимнастики по видам разминки | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 30 | Типичные ошибки при выполнении спортивных и туристических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 31 | Техника выполнения спортивных и туристических упражнений для укрепления отдельных мышечных групп. Техника выполнения туристических физических упражнений. Игровые задания по туристической деятельности | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 32 | Жизненно важные навыки и умения на уроках физической культуры. Практика наблюдения за динамикой развития физических качеств и способностей. Проектирование индивидуальной образовательной траектории для эффективного развития физических качеств и способностей. Составление комплексов утренней гимнастики, физкультминуток по целевым задачам | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 33 | Техника выполнения комплексов перемещений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 34 | Организация проведения спортивных ролевых игр | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 35 | Демонстрация универсальных умений управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 36 | Правила организации и проведения туристических игр. Организация и проведение туристических игр | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 37 | Подготовка к демонстрации личных результатов при выполнении игровых заданий. Демонстрация личных результатов при выполнении игровых заданий | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 38 | Техника синхронного выполнения физических упражнений. Выполнение упражнений под ритм и счет | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 39 | Техника взаимодействия и сотрудничества в группах | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 40 | Виды стилей плавания | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 41 | Техника удержания на воде | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 42 | Техника дыхания при плавании | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 43 | Техника выполнения комплексов имитационных упражнений на суше | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 44 | Техника выполнения комплексов специальных упражнений в воде | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 45 | Техника выполнения упражнений для освоения техники спортивных способов плавания | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 46 | Техника выполнения упражнений для ознакомления с плотностью и сопротивлением воды | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 47 | Техника выполнения погружения в воду с головой | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 48 | Техника выполнения подныривания и открывания глаз в воде | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 49 | Техника выполнения всплывания и лежания на воде | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 50 | Техника выполнения выдохов в воду | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 51 | Техника выполнения скольжения в воде | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 52 | Техника выполнения упражнений с использованием плавательных досок | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 53 | Техника выполнения упражнений с использованием, гимнастических палок | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 54 | Техника удержания скакалки при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 55 | Техника удержания мяча при передаче, броске, ловле, вращении, перекатах | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 56 | Техника выполнения комплексов акробатических упражнений с гимнастическим предметом | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 57 | Демонстрация техники выполнения равновесий, поворотов, прыжков | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 58 | Освоение универсальных умений по взаимодействию в парах и группах при разучивании специальных физических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 59 | Техника выполнения акробатических упражнений. Правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 60 | Освоение танцевальных шагов, выполняемых индивидуально, парами, в группах | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 61 | Участие в соревновательной деятельности внутришкольных этапов различных соревнований, фестивалей, конкурсов, мастер-классов, открытых уроков с использованием полученных навыков и умений, в контрольно-тестовых упражнениях | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 62 | Сдача нормативов ГТО II ступени | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 63 | Проектирование и демонстрация спортивных игр, игровых заданий и спортивных эстафет | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 64 | Техника выполнения в ритм/на счёт, на музыкальный такт упражнений, танцевальных движений | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 65 | Проектирование и демонстрация туристических физических игр, игровых заданий. Приёмы безопасной жизнедеятельности на природе | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 66 | Демонстрация контрольно-тестовых упражнений для определения динамики развития гибкости, координации | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 67 | Подготовка к демонстрации показательного выступления | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| 68 | Показательное выступление | 1 | 0 | 0 |  | <https://www.gto.ru/#gto-method> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 0 |  | |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

• Физическая культура, 1-4 класс/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

• Физическая культура, 1-4 класс/ Шаулин В.Н., Комаров А.В., Назарова И.Г. и др., Общество с ограниченной ответственностью «Развивающее обучение»; Акционерное общество «Издательство «Просвещение»  
 Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство  
 «Просвещение»;

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство  
 «Просвещение»;  
 Физическая культура, 1-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие,  
 Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»;  
 Акционерное общество «Издательство Просвещение»;

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

https://edsoo.ru/Metodicheskie\_videouroki.htm  
 Методические рекомендации | ВФСК ГТО (gto.ru)  
 https://www.gto.ru