

Комитет Администрации Змеиногорского района Алтайского края  
по образованию и делам молодежи

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Змеиногорская средняя общеобразовательная школа с углублённым изучением  
отдельных предметов» Змеиногорского района Алтайского края

«СОГЛАСОВАНО»  
Зам. директора по ВР  
*Д.П. Акимова*  
«30» 08 2023г.  
*протокол № 1*

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ «Змеиногорская  
СОШ с УИОП»  
*А.Б.Бурау*  
А.Б.Бурау  
приказ от «30» 08 2023г № 118



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

Направление: «Творческое и физическое развитие»

класс: 1 - 4

Разработчик:

Трапезникова Ирина Александровна,  
учитель начальных классов

2023

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Спортивные игры» для 1 - 4 классов составлена на основе следующих документов:

- Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 21.12.2012;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 № 287;
  - Примерной рабочей программы начального общего образования предмета «Физическая культура».

По своему воздействию спортивные игры являются наиболее комплексным и универсальным средством развития психомоторики человека. Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в двойках, в тройках, командах, подвижные игры и задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, силовых и временных параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации). Сутью и особенностью спортивных игр являются мгновенная смена ситуаций, необходимость принимать решения в кратчайшие промежутки времени, ориентировка в сложной двигательной деятельности, выполнение разнообразных двигательных действий с мячом и без мяча.

**Цель программы:** формирование физической культуры учащихся.

**Задачи программы:** - ознакомить с основными правилами игры в баскетбол, волейбол, футбол, настольный теннис;

- обучить технике игры в защите и нападении;
- обучить тактическим приемам игры;
- воспитывать чувство ответственности, коллективизма, уважения к партнеру и сопернику.

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов. Оценка достижений планируемых результатов осуществляется в системе «зачет/незачет»

### **Место курса в плане внеурочной деятельности.**

Согласно плану внеурочной деятельности на обязательное изучение всех учебных тем программы по спортивным играм отводится 34 ч, из расчета 1 ч в неделю со 2 по 4 класс, в 1 классе 33 часа (1 час в неделю)

### **ВЗАИМОСВЯЗЬ С ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЫ**

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций Программы воспитания школы. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное, физическое развитие учащегося. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;

□ в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается Примерной программой воспитания.

## **Содержание программы внеурочной деятельности**

Знания о спортивных играх.

Спортивные игры как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.

Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории спортивных игр. История развития спортивных игр и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

Способы физкультурной деятельности

Самостоятельные занятия. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Подвижные и спортивные игры. На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале спортивных игр.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

## **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа по спортивным играм для 1—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

### **Личностные результаты**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

### **Метапредметные результаты**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении спортивных игр для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- \* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

### Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1.1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". <b>Подвижные игры</b>	33	подвижные игры;разучивание считалок; используют их при распределении игровых ролей среди играющих;; разучивают игровые	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

			<p>действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;;</p> <p>обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам);;</p> <p>играют в разученные</p>		
--	--	--	---	--	--

Итого

33

---

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Виды, формы контроля
1	Основные танцевальные позиции у опоры	1	Устный опрос
2	Музыкально-сценическая игра "Веселю свою игрушку":	1	Устный опрос
3	Музыкально-сценическая игра "Веселю свою игрушку":	1	Устный опрос
4	Музыкально-сценическая игра "Танцуем сказку".	1	Устный опрос
5	Музыкально-сценическая игра "Танцуем сказку".	1	Устный опрос
6	Музыкально-сценическая игра "Маленькие мышки прячутся от кошки.	1	Устный опрос
7	Музыкально-сценическая игра "Маленькие мышки прячутся от кошки: правила организации и проведения	1	Устный опрос
8	Подвижные игры со скакалкой	1	Устный опрос
9	Подвижные игры со скакалкой	1	Устный опрос
10	Музыкально-сценическая игра "Танцуем вместе".	1	Устный опрос
11	Музыкально-сценическая игра "Танцуем вместе".	1	Устный опрос
12	Музыкально-сценическая игра "Танцуем вместе".	1	Устный опрос
13	Музыкально-сценическая игра "Музыкальный паровозик":	1	Устный опрос
14	Музыкально-сценическая игра "Музыкальный паровозик":	1	Устный опрос
15	Танцевальные шаги: «полечка»	1	Устный опрос

16	Отработка навыков выполнения танцевальных шагов «полечка»	1	Устный опрос
17	Отработка навыков выполнения танцевальных шагов «полечка»	1	Устный опрос
18	Танцевальные шаги: «ковырялочка»	1	Устный опрос
19	Отработка навыков выполнения танцевальных шагов «ковырялочка»	1	Устный опрос
20	Танцевальные шаги: «верёвочка»	1	Устный опрос
21	Отработка навыков выполнения танцевальных шагов «верёвочка»	1	Устный опрос
22	Отработка навыков выполнения танцевальных шагов «верёвочка»	1	Устный опрос
23	Закрепление техники выполнения танцевальных шагов	1	Устный опрос
24	Закрепление техники выполнения танцевальных шагов	1	Устный опрос
25	Музыкально-сценическая игра "Весёлый круг".	1	Устный опрос
26	Музыкально-сценическая игра "Весёлый круг".	1	Устный опрос
27	Музыкально-сценическая игра "Весёлый круг".	1	Устный опрос
28	Музыкально-сценические и подвижные игры: "Бабочка".	1	Устный опрос
29	Музыкально-сценические и подвижные игры: "Бабочка".	1	Устный опрос
30	Музыкально-сценические и подвижные игры: "Бабочка".	1	Устный опрос
31	Игровые задания с мячом	1	Устный опрос
32	Игровые задания с мячом	1	Устный опрос
33	Итоговое занятие	1	Устный опрос
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33	



## 2 класс

### СОДЕРЖАНИЕ

Подвижные игры. Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол). Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### 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 их основе:

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

#### Метапредметные результаты

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 физкультурминуток 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, занятия лыжной и плавательной подготовкой);

— 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.

## **Предметные результаты**

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, перекачиванию;
- демонстрировать танцевальный хороводный шаг в совместном передвижении;
- выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой; в высоту с прямого разбега;
- передвигаться на лыжах двухшажным переменным ходом; спускаться с пологого склона и тормозить падением;
- организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
- выполнять упражнения на развитие физических качеств.

#### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". <b>Танцевальные движения</b>	4	знакомятся с хороводным шагом и танцем галоп, наблюдают образец учителя, выделяют основные элементы в танцевальных движениях;;  разучивают движения хороводного шага (по фазам движения и с в полной координации);; разучивают хороводный шаг в полной координации под музыкальное сопровождение;; разучивают движения танца галоп (приставной шаг в сторону и в сторону с приседанием);;	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

			<p>разучивают шаг галопом в сторону (по фазам движения и в полной координации);;</p> <p>разучивают галоп в парах в полной координации под музыкальное сопровождение;</p>		
2	<p>Модуль "Подвижные игры". <b>Подвижные игры</b></p>	30	<p>наблюдают и анализируют образцы технических действий игры баскетбол, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;;</p> <p>разучивают технические действия игры баскетбол (работа в парах и группах);;</p> <p>разучивают правила подвижных игр с элементами баскетбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;;</p> <p>организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры баскетбол;;</p> <p>наблюдают и анализируют образцы технических действий игры футбол, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;;</p> <p>разучивают технические действия игры футбол (работа в парах и группах);;</p>	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>

			<p>разучивают правила подвижных игр с элементами футбола и знакомятся с особенностями выбора и подготовки мест их проведения;;</p> <p>организуют и самостоятельно участвуют в совместном проведении разученных подвижных игр с техническими действиями игры футбол;;</p> <p>наблюдают и анализируют содержание подвижных игр на развитие равновесия, выделяют трудные элементы и уточняют способы их выполнения;;</p> <p>разучивают правила подвижных игр; разучивают подвижные игры на развитие равновесия;</p>		
--	--	--	--	--	--

**Итого**

**34**

## **ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Виды, формы контроля</b>
1	Игровые задания для закрепления выполнения упражнений общей разминки	1	Устный опрос
2	Игровые задания для закрепления выполнения упражнений общей разминки	1	Устный опрос

3	Игровые задания со скакалкой	1	Устный опрос
4	Игровые задания со скакалкой	1	Устный опрос
5	Игровые задания со скакалкой		Устный опрос
6	Спортивные эстафеты гимнастическим предметом	с 1	Устный опрос
7	Игровые задания с мячом	1	Устный опрос
8	Игровые задания с мячом	1	Устный опрос
9	Игровые задания с мячом	1	Устный опрос
10	Спортивные эстафеты гимнастическим предметом	с 1	Устный опрос
11	Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча	1	Устный опрос
12	Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча	1	Устный опрос
13	Бросок мяча в заданную плоскость и ловля мяча	1	Устный опрос
14	Отработка навыков броска мяча в заданную плоскость и ловли мяча	в 1	Устный опрос
15	Отработка навыков броска мяча в заданную плоскость и ловли мяча	в 1	Устный опрос
16	Отработка навыков броска мяча в заданную плоскость и ловли мяча	в 1	Устный опрос
17	Спортивные эстафеты гимнастическим предметом	с 1	Устный опрос
18	Освоение навыков отбивов мяча	1	Устный опрос
19	Освоение навыков отбивов мяча	1	Устный опрос

20	Освоение танцевальных шагов: шаги с подскоками (вперёд, назад, с поворотом)	1	Устный опрос
21	Освоение танцевальных шагов: шаги с подскоками (вперёд, назад, с поворотом)	1	Устный опрос
22	Шаги галопа (в сторону, вперёд), а также в сочетании с различными подскоками	1	Устный опрос
23	Шаги галопа (в сторону, вперёд), а также в сочетании с различными подскоками	1	Устный опрос
24	Освоение элементов русского танца («припадание»)	1	Устный опрос
25	Освоение элементов русского танца («припадание»)	1	Устный опрос
26	Спортивные эстафеты гимнастическим предметом	с 1	Устный опрос
27	Освоение элементов современного танца	1	Устный опрос
28	Освоение элементов русского танца («припадание»)	1	Устный опрос
29	Освоение элементов русского танца («припадание»)	1	Устный опрос
30	Спортивные эстафеты гимнастическим предметом	с 1	Устный опрос
31	Эстафета «Вызов номеров»	1	Устный опрос
32	Эстафета по кругу	1	Устный опрос
33	Эстафета с обручем	1	Устный опрос

34	. Обобщающий урок.	1	Устный опрос
итого	34		



### **3 класс**

#### **Содержание учебного предмета**

Подвижные и спортивные игры. Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. 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.

#### **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

##### **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 их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление 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 **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 четвертям (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.

## **Предметные результаты**

К концу обучения в третьем классе обучающийся научится:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений; легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной 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;

### Тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Спортивные игры	34	наблюдают за образцами технических действий игры баскетбол, уточняют особенности их выполнения;; разучивают технические приёмы игры баскетбол (в группах и парах);; наблюдают за образцами технических действий игры волейбол, уточняют особенности их выполнения;; разучивают технические приёмы игры волейбол (в группах и парах);; наблюдают за образцами технических действий игры	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

			<p>футбол, уточняют особенности их выполнения;;          разучивают технические приёмы игры футбол (в группах и парах);;          Соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной</p>		
--	--	--	---	--	--

**Итого 34**

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 3 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Виды, формы контроля</b>
<b>1.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Парашютисты»	1	Устный опрос
<b>2.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Парашютисты»	1	Устный опрос
<b>3.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Парашютисты»	1	Устный опрос
<b>4.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Парашютисты»	1	Устный опрос
<b>5.</b>	Правила организации и проведения подвижной игры «Защита укрепления».	1	Устный опрос
<b>6.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Стрелки»	1	Устный опрос
<b>7.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Стрелки»	1	Устный опрос
<b>8.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Стрелки»	1	Устный опрос

9.	Способ самостоятельного обучения приему мяча снизу двумя руками в волейболе	1	Устный опрос
10.	Игровые действия подвижной игры «Не давай мяча водящему» волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	Устный опрос
11.	Организация и проведение подвижной игры «Не давай мяча водящему»	1	Устный опрос
12.	Организация и проведение подвижной игры «Не давай мяча водящему»	1	Устный опрос
13.	Игровые действия подвижной игры «Круговая лапта»	1	Устный опрос
14.	Игровые действия подвижной игры «Круговая лапта»	1	Устный опрос
15.	Игровые действия подвижной игры «Круговая лапта»	1	Устный опрос
16.	Футбол как спортивная игра	1	Устный опрос
17.	Организация и проведения подвижной игры «Футбол»	1	Устный опрос
18.	Организация и проведения подвижной игры «Футбол»	1	Устный опрос
19.	Организация и проведения подвижной игры «Футбол»	1	Устный опрос
20.	Организация и проведения подвижной игры «Футбол»	1	Устный опрос
21.	Игровые действия подвижной игры «Попади в кольцо»	1	Устный опрос
22.	Организация и проведения подвижной игры «Попади в кольцо»	1	Устный опрос
23.	Организация и проведения подвижной игры «Попади в кольцо»	1	Устный опрос
24.	Игровые действия подвижной игры «Гонки баскетбольных мячей»	1	Устный опрос
25.	Организация и проведения подвижной игры «Гонки баскетбольных мячей»	1	Устный опрос

<b>26.</b>	Баскетбол как спортивная игра	1	Устный опрос
<b>27.</b>	Общеразвивающие упражнения для обучение техническим действиям игры баскетбол	1	Устный опрос
<b>28.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Баскетбол»	1	Устный опрос
<b>29.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Баскетбол»	1	Устный опрос
<b>30.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Баскетбол»	1	Устный опрос
<b>31.</b>	Волейбол как спортивная игра	1	Устный опрос
<b>32.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Волейбол»	1	Устный опрос
<b>33.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Волейбол»	1	Устный опрос
<b>34.</b>	Организация и проведения подвижной игры «Волейбол»	1	Устный опрос

---

Итого

34

---

## 4 класс

### Содержание

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.

### ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### 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 их основе:

- становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
- формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
- проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
- уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
- стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
- проявление 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 **четвёртого 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 предназначению: 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, развитию 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**

К концу обучения **в четвёртом классе** обучающийся научится:

- 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.

## Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	<p><i>Модуль "Подвижные и спортивные игры".</i></p> <p><b>Подвижные игры общефизической подготовки</b></p>	4	<p>разучивают правила подвижных игр, способы организации и подготовку мест проведения;;</p> <p>совершенствуют ранее разученные физические упражнения и технические действия из подвижных игр;;</p> <p>самостоятельно организуют и играют в подвижные игры;</p>	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
2	<p><i>Модуль "Подвижные и спортивные игры".</i></p> <p><b>Технические действия игры волейбол</b></p>	10	<p>наблюдают и анализируют образец нижней боковой подачи, обсуждают её фазы и особенности их выполнения;;</p> <p>выполняют подводящие упражнения для освоения техники нижней боковой подачи;;</p> <p>1 — нижняя боковая подача без мяча (имитация подачи);;</p> <p>2 — нижняя боковая подача в стенку с небольшого расстояния;;</p> <p>3 — нижняя боковая подача через волейбольную сетку с небольшого расстояния;;</p>	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>
3	<p><i>Модуль "Подвижные и спортивные игры".</i></p> <p><b>Технические действия игры баскетбол</b></p>	10	<p>наблюдают и анализируют образец броска мяча двумя руками от груди, описывают его выполнение с выделением основных фаз движения;;</p> <p>выполняют подводящие упражнения и</p>	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>

			технические действия игры баскетбол;; 1 — стойка баскетболиста с мячом в руках;; 2 — бросок баскетбольного мяча двумя руками от груди (по фазам движения и в полной координации);; 3 — бросок мяча двумя руками от груди с места после его ловли;; выполнение броска мяча двумя руками от груди с места в условиях игровой деятельности;			//// ///
4	<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры".</i> <b>Технические действия игры футбол</b>	10	наблюдает и анализирует образец техники остановки катящегося футбольного мяча, описывает особенности выполнения;; разучивают технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы после его передачи;; разучивают удар по мячу с двух шагов, после его остановки;; выполняют технические действия игры футбол в условиях игровой деятельности;	Устный опрос	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/">https://resh.edu.ru/subject/9/</a>	<b>Итого</b>

#### ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Виды, формы контроля
1.	Организация и проведение подвижной игры «Гонка лодок»	1	Устный опрос
2.	Организация и проведение подвижной игры «Запрещенное движение»	1	Устный опрос
3.	Организация и проведение подвижной игры «Подвижная	1	Устный опрос

	мишень»		
4.	Организация и проведение подвижной игры «Куда укачишься на лыжах за два шага»	1	Устный опрос
5.	Техника выполнения нижней боковой подачи в волейболе	1	Устный опрос
6.	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения выполнения нижней боковой подачи	1	Устный опрос
7.	Способы самостоятельного освоения техники выполнения нижней боковой подачи	1	Устный опрос
8.	Выполнение нижней боковой подачи через сетку в разные зоны волейбольной площадки	1	Устный опрос
9.	Техника приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	Устный опрос
10.	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	Устный опрос
11.	Способы самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу, стоя на месте	1	Устный опрос
12.	Техника приема и передачи мяча двумя руками в движении приставными шагами	1	Устный опрос
13.	Способы самостоятельного освоения приема и передачи волейбольного мяча двумя руками в движении приставными шагами	1	Устный опрос
14.	Техника передачи волейбольного мяча через сетку	1	Устный опрос
15.	Способ самостоятельного обучения передачи волейбольного мяча через сетку	1	Устный опрос
16.	Техника броска мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	Устный опрос
17.	Подводящие упражнения для самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места	1	Устный опрос
18.	Способы самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя	1	Устный опрос

	руками с места		
<b>19.</b>	Бросок мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли	1	Устный опрос
<b>20.</b>	Способы самостоятельного обучения броску мяча в корзину от груди двумя руками с места после ловли	1	Устный опрос
<b>21.</b>	Передача мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами	1	Устный опрос
<b>22.</b>	Способы самостоятельного обучения технике передачи мяча двумя руками от груди в движении приставными шагами	1	Устный опрос
<b>23.</b>	Техника ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении	1	Устный опрос
<b>24.</b>	Способы самостоятельного обучения технике ведения баскетбольного мяча попеременно правой и левой рукой в движении	1	Устный опрос
<b>25.</b>	Техника остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте	1	Устный опрос
<b>26.</b>	Способы самостоятельного освоения техники остановки катящегося футбольного мяча, внутренней стороной стопы, стоя на месте	1	Устный опрос
<b>27.</b>	Техника передачи катящегося мяча	1	Устный опрос
<b>28.</b>	Способы самостоятельного освоения техники передачи катящегося мяча	1	Устный опрос
<b>29.</b>	Техника передачи мяча во время его ведения	1	Устный опрос
<b>30.</b>	Способы самостоятельного освоения техники передачи мяча во время его ведения	1	Устный опрос
<b>31.</b>	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы	1	Устный опрос
<b>32.</b>	Способы самостоятельного освоения техники удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы	1	Устный опрос

33.	Техника удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створ ворот	1	Устный опрос
34.	Способы самостоятельного освоения техники удара по неподвижному мячу с разбега, внутренней стороной стопы в створ ворот	1	Устный опрос
Итого		34ч	

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

### **ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 1-2, 3-4 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»; Введите свой вариант:

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ**

**УЧИТЕЛЯ** Немова, О. А.

Физическая культура :1-2, 3—4 классы : методическое пособие / О. А. Немова. — М. : Вентана-Граф, 2017

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

**ИНТЕРНЕТ** resh.edu.ru