

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЯКОВЛЕВСКАЯ ШКОЛА ГОРОДА ЯСИНОВАТАЯ»**

СОЛГАСОВАНО

И. о. директора

«06» 09 2023 г.

Т.О. Большакова



КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

учебного предмета « Физическая культура»

Начальное общее образование

4 класс

на 2023-2024 учебный год

Учитель начальных классов

Филиппова А.В.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	К. р.	Пр. р.	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	2			https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/01
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Самостоятельная физическая подготовка	3			
2.2	Профилактика предупреждения травм и оказание первой помощи при их возникновении	2			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Оздоровительная физическая культура					
1.1	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			http://fizruk112.ru/distant_1-11_klass
1.2	Закаливание организма	1			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура					
2.1	Легкая атлетика	9			https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/tiemy_i_z
2.2	Гимнастика с основами акробатики	14			
2.5	Подвижные и спортивные игры	16			
Итого по разделу		39			
Раздел 3. Прикладно-ориентированная физическая культура					
3.1	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	21			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		69	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения		Электронные цифровые образовательные ресурсы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания	Примечания
		Всего	К.р.	Пр.р.	План	Факт			
1.	Из истории развития физической культуры в России	1			06.09		https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/tiemy_i_z	<p>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</p> <p>Формировать бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни.</p> <p>Формировать основные навыки личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе.</p>	ЭО и ДОТ
2.	Из истории развития национальных видов спорта	1			07.09				ЭО и ДОТ
3.	Самостоятельная физическая подготовка	1			13.09				ЭО и ДОТ
4.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			14.09				ЭО и ДОТ
5.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1			20.09		http://fizruk112.ru/distant_1-11_klass		ЭО и ДОТ
6.	Правила предупреждения травм на уроках физической культуры	1			21.09				ЭО и ДОТ
7.	Оказание первой помощи на занятиях физической культуры	1			27.09				ЭО и ДОТ
8.	Упражнения для профилактики нарушения осанки и снижения массы тела	1			28.09				ЭО и ДОТ
9.	Закаливание организма	1			04.10				ЭО и ДОТ
10.	Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	1			05.10				ЭО и ДОТ
11.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			11.10				ЭО и ДОТ

12.	Упражнения в прыжках в высоту с разбега	1			12.10			культуры здоровья и эмоционального благополучия	ЭО и ДОТ	
13.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			18.10				ЭО и ДОТ	
14.	Прыжок в высоту с разбега способом перешагивания	1			19.10				Развивать ориентиры на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.	ЭО и ДОТ
15.	Беговые упражнения	1			25.10				ЭО и ДОТ	
16.	Беговые упражнения	1			26.10				ЭО и ДОТ	
17.	Метание малого мяча на дальность	1			08.11			Формировать сознание и принятие своей половой принадлежности, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.	ЭО и ДОТ	
18.	Метание малого мяча на дальность	1			09.11		https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/tiemy_i_z		ЭО и ДОТ	
19.	Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			15.11			Физическое воспитание Формировать бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни. Развивать ориентиры на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия	ЭО и ДОТ	
20.	Акробатическая комбинация	1			16.11				ЭО и ДОТ	
21.	Акробатическая комбинация	1			22.11				ЭО и ДОТ	
22.	Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			23.11				ЭО и ДОТ	
23.	Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания	1			29.11				ЭО и ДОТ	
24.	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			30.11				ЭО и ДОТ	
25.	Поводящие упражнения для обучения опорному прыжку	1			06.12				ЭО и ДОТ	

26.	Обучение опорному прыжку	1			07.12			<p>физкультурой и спортом.</p> <p>Эстетическое воспитание</p> <p>Воспитывать способность воспринимать и чувствовать прекрасное в быту, искусстве, творчестве людей.</p> <p>Формировать стремление к самовыражению в разных видах искусстве.</p>	ЭО и ДОТ
27.	Обучение опорному прыжку	1			13.12				ЭО и ДОТ
28.	Упражнения на гимнастической перекладине	1			14.12				ЭО и ДОТ
29.	Упражнения на гимнастической перекладине	1			15.12				ЭО и ДОТ
30.	Висы и упоры на низкой гимнастической перекладине	1			20.12				ЭО и ДОТ
31.	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			22.12				ЭО и ДОТ
32.	Танцевальные упражнения «Летка-енка»	1			27.12		https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/tiemy_i_z	ЭО и ДОТ	
33.	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1			28.12			<p>Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</p> <p>Формировать бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни</p> <p>Формировать основные навыки безопасного поведения в</p>	ЭО и ДОТ
34.	Разучивание подвижной игры «Запрещенное движение»	1							ЭО и ДОТ
35.	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1							ЭО и ДОТ
36.	Разучивание подвижной игры «Подвижная цель»	1							ЭО и ДОТ
37.	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1							ЭО и ДОТ
38.	Разучивание подвижной игры «Эстафета с ведением футбольного мяча»	1							ЭО и ДОТ
39.	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1							ЭО и ДОТ
40.	Разучивание подвижной игры «Паровая машина»	1							ЭО и ДОТ

41.	Упражнения из игры волейбол	1						быту, природе, обществе. Формировать сознание и принятие своей половой принадлежности, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.	ЭО и ДОТ
42.	Упражнения из игры волейбол	1							ЭО и ДОТ
43.	Упражнения из игры баскетбол	1							ЭО и ДОТ
44.	Упражнения из игры баскетбол	1							ЭО и ДОТ
45.	Упражнения из игры футбол	1							ЭО и ДОТ
46.	Упражнения из игры футбол	1							ЭО и ДОТ
47.	Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени	1						Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия Формировать бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде. Формировать основные навыками личной и общественной гигиены, безопасного	ЭО и ДОТ
48.	Правила ТБ на уроках. Здоровье и ЗОЖ. ГТО в наше время	1							ЭО и ДОТ
49.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1							ЭО и ДОТ
50.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 30м. Эстафеты	1							ЭО и ДОТ
51.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1							ЭО и ДОТ
52.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на 1000м	1							ЭО и ДОТ
53.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1							ЭО и ДОТ
54.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1							ЭО и ДОТ

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					https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/prochee/tiemy_i_z	поведения в быту, природе, обществе. Развивать ориентиры на физическое развитие с учётом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом.	ЭО и ДОТ
56.	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					https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/0	Формировать сознание и принятие своей половой принадлежности, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учётом возраста.	ЭО и ДОТ
57.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1					https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/0		ЭО и ДОТ
58.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1					https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/0		ЭО и ДОТ
59.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1					https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2018/0		ЭО и ДОТ
60.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1							ЭО и ДОТ
61.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1							ЭО и ДОТ
62.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1							ЭО и ДОТ

63.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1							ЭО и ДОТ
64.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1							ЭО и ДОТ
65.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1							ЭО и ДОТ
66.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1							ЭО и ДОТ
67.	Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1							ЭО и ДОТ
68.	Праздник «Большие гонки», посвященный ГТО и ЗОЖ, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1							ЭО и ДОТ
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0					