

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА
ХАРЦЫЗСК
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ «ЗУЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №11 ГОРОДСКОГО
ОКРУГА ХАРЦЫЗСК» ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

РАССМОТРЕНО

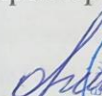
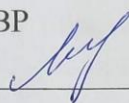
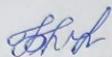
СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Руководитель ЦМО

Заместитель директора
по ВР

Директор



Н.В.Нестеренко

О.П. Момотова

О.Н. Сызякова

Педагогический совет № 7 от «30»
августа 2024 г.

от «30» августа
2024 г.

Приказ № 62/п от «30»
августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 4 х классов

Зуевка 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультурминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном

участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Данная программа является модифицированной в связи с учетом интересов детей, и работы школьных спортивных клубов. В связи с этим в 4 классах реализуется модуль Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО - 10 часов. Подвижные и спортивные игры - 24 часа.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры 34 часа (1 час в неделю)

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ П\ П	НАИМЕНОВАНИЕ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ ПРОГРАММЫ	4 а класс	4 б класс
1	Подвижные и спортивные игры	24	24
2	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	10	10
	Всего часов	34	34

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4- А КЛАСС

№ п\п	Дата план	Дата факт	Тема урока	Примечание
1			Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	
2			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	
3			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	
4			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	
5			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	
6			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	
7			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	
8			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	
9			Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	
10			Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	
11			ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	
12			Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	
13			Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	
14			Броски волейбольного мяча мяча в корзину	

15			Подвижные игры с приемами баскетбола	
16			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
17			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
18			Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	
19			Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	
20			Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	
21			Подвижные игры с элементами волейбола	
22			Подвижные игры с элементами волейбола	
23			Подвижные игры с элементами волейбола	
24			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
25			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
26			Спортивная игра футбол	
27			Спортивная игра футбол	
28			Ведение мяча	
29			Остановка мяча, ведение мяча	
30			Подвижные игры с элементами футбола	
31			Подвижные игры с элементами футбола	
32			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
33			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
34			ИТОГОВЫЙ УРОК	

4-Б класс

№ п\п	Дата план	Дата факт	Тема урока	Примечание
1			Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт") Правила выполнения спортивных нормативов 2-3 ступени	
2			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	
3			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	
4			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	
5			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	
6			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	
7			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	
8			Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	
9			Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	
10			Соревнования «А ты сдал нормы ГТО?», с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 2-3 ступени	
11			ПОДВИЖНЫЕ И СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	
12			Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	
13			Ведение баскетбольного мяча. Ловля и передача мяча двумя руками	
14			Броски волейбольного мяча мяча в корзину	

15			Подвижные игры с приемами баскетбола	
16			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
17			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
18			Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	
19			Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	
20			Прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении	
21			Подвижные игры с элементами волейбола	
22			Подвижные игры с элементами волейбола	
23			Подвижные игры с элементами волейбола	
24			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
25			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
26			Спортивная игра футбол	
27			Спортивная игра футбол	
28			Ведение мяча	
29			Остановка мяча, ведение мяча	
30			Подвижные игры с элементами футбола	
31			Подвижные игры с элементами футбола	
32			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
33			Подвижные игры с элементами спортивных игр	
34			ИТОГОВЫЙ УРОК	