

Проект рабочей программы  
по физической культуре для 1-4 класса  
муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
«Основная общеобразовательная школа №17 имени Героя Советского Союза Н.А. Катина  
Зеленодольского муниципального района Республики Татарстан»

ООШ №17

## **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»**

### **1.1. Личностные результаты освоения образовательной программы по физической культуре:**

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.

### **1.2. Метапредметные результаты освоения образовательной программы:**

#### **1.2.1. Познавательные УУД:**

##### **1 класс:**

- находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
- устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из

современных видов спорта;

- сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
- выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений;

## **2 класс:**

- 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 физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
- вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения;

## **3 класс:**

- 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;

## **4 класс:**

- 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;

### **1.2.2. Коммуникативные УУД:**

#### **1 класс:**

- воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
- высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
- управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;
- обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

#### **2 класс:**

- 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;

#### **3 класс:**

- 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;

#### **4 класс:**

- 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, развитии физических качеств;
- оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

#### **1.2.3. Регулятивные УУД:**

##### **1 класс:**

- выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
- выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
- проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

##### **2 класс:**

- 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

##### **3 класс:**

- 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.

#### **4 класс:**

- 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

### **1.3.Предметные результаты**

#### **1 класс**

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

- приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
- соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
- выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
- анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
- демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному; выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
- демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом (без палок);
- играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

#### **2 класс**

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, перекатыванию;
- 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.

### **3 класс**

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;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в движении); волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах); футбол (ведение футбольного мяча змейкой).
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

#### **4 класс**

К концу обучения в четвертом классе обучающийся научится:

- объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
- осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
- приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
- приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом; характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
- проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;



- демонстрировать акробатические комбинации из 5—7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
- демонстрировать опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания;
- демонстрировать движения танца «Летка-енка» в групповом исполнении под музыкальное сопровождение;
- выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
- выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
- демонстрировать проплывание учебной дистанции кролем на груди или кролем на спине (по выбору учащегося);
- 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.

## 2. Содержание учебного предмета

1 класс

**Знания о физической культуре.** Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

**Способы самостоятельной деятельности.** Режим дня и правила его составления и соблюдения.

**Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура.** Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультурминуток и утренней зарядки.

**Спортивно-оздоровительная физическая культура.** Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе. Гимнастика с основами акробатики. Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом; упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой; стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе; подъём ног из положения лёжа на животе; сгибание рук в положении упор лёжа; прыжки в группировке, толчком двумя ногами; прыжки в упоре на руки, толчком двумя ногами.

Лыжная подготовка. Переноска лыж к месту занятия. Основная стойка лыжника. Передвижение на лыжах ступающим шагом (без палок). Передвижение на лыжах скользящим шагом (без палок).

Лёгкая атлетика. Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры. Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО

## **2 класс**

**Знания о физической культуре.** Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

**Способы самостоятельной деятельности.** Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

**Физическое совершенствование.** Оздоровительная физическая культура. Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

**Спортивно-оздоровительная физическая культура.** Гимнастика с основами акробатики. Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочередно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лыжная подготовка. Правила поведения на занятиях лыжной подготовкой. Упражнения на лыжах:

передвижение двухшажным попеременным ходом; спуск с небольшого склона в основной стойке; торможение лыжными палками на учебной трассе и падением на бок во время спуска.

Лёгкая атлетика. Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений; змейкой; по кругу; обеганием предметов; с преодолением небольших препятствий.

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

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

### **3 класс**

*Знания о физической культуре.* Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

*Способы самостоятельной деятельности.* Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультурминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

*Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура.* Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.* Гимнастика с основами акробатики. Строевые упражнения в движении противходом; перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в

передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками; приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди; лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге; прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью. Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук; стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Лёгкая атлетика. Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег; бег с преодолением препятствий; с ускорением и торможением; максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Лыжная подготовка. Передвижение одновременным двухшажным ходом. Упражнения в поворотах на лыжах переступанием стоя на месте и в движении. Торможение плугом. Плавательная подготовка. Правила поведения в бассейне. Виды современного спортивного плавания: кроль на груди и спине; брас. Упражнения ознакомительного плавания: передвижение по дну ходьбой и прыжками; погружение в воду и всплывание; скольжение на воде. Упражнения в плавании кролем на груди.

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.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4 класс

**Знания о физической культуре.** Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

**Способы самостоятельной деятельности.** Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

**Физическое совершенствование.** *Оздоровительная физическая культура.* Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах; солнечные и воздушные процедуры.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.* Гимнастика с основами акробатики. Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Лёгкая атлетика. Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт; стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Лыжная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий лыжной подготовкой. Упражнения в передвижении на лыжах одновременным одношажным ходом.

Плавательная подготовка. Предупреждение травматизма во время занятий плавательной подготовкой. Упражнения в плавании кролем на груди; ознакомительные упражнения в плавании кролем на спине.

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.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО

### 3. Тематическое планирование учебного курса «Физическая культура» для 1-4 классов

#### 1 класс (96 часов)

№ п/п	Тема/раздел	Воспитательный потенциал	Возможность использование ЭОР	Кол-во часов
1.	<b>Знания о физической культуре</b>	установление доверительных отношений между учителем и его учениками, побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	2
2.	<b>Способы самостоятельной деятельности</b>	принципы учебной дисциплины и самоорганизации, активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	2
3.	<b>Физическое совершенствование.</b>	принципы учебной дисциплины и самоорганизации, активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	92
	Гимнастика с основами акробатики	принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	20
	Легкая атлетика	активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	22
	Лыжная подготовка	использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	18

	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	инициирование и поддержка исследовательской деятельности, применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников, включение в урок игровых процедур	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	32
--	---	--	--	----

## 2 класс (102 часа)

№ п/п	Тема/раздел	Воспитательный потенциал	Возможность использование ЭОР	Кол-во часов
1.	<b>Знания о физической культуре</b>	установление доверительных отношений между учителем и его учениками, побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	2
2.	<b>Способы самостоятельной деятельности</b>	принципы учебной дисциплины и самоорганизации, активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	6
3.	<b>Физическое совершенствование.</b>		<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	94
	Гимнастика с основами акробатики	принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	16
	Легкая атлетика	активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	21
	Лыжная подготовка	использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	15

	Плавание (теория)	инициирование и поддержка исследовательской деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	3
	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации, групповая работа или работа в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	9
	Футбол, мини – футбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации, групповая работа или работа в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	5
	Баскетбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	10
	Волейбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	12
	Бадминтон	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	3

### 3 класс (102 часа)

№ п/п	Тема/раздел	Воспитательный потенциал	Возможность использование ЭОР	Кол-во часов
1.	<b>Знания о физической культуре</b>	установление доверительных отношений между учителем и его учениками, побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	3



2.	<b>Способы самостоятельной деятельности</b>	принципы учебной дисциплины и самоорганизации, активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	4
3.	<b>Физическое совершенствование.</b>		<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	95
	Гимнастика с основами акробатики	принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	16
	Легкая атлетика	активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	21
	Лыжная подготовка	использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	16
	Плавание (теория)	инициирование и поддержка исследовательской деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	3
	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации, групповая работа или работа в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	9
	Футбол, мини – футбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации, групповая работа или работа в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	5
	Баскетбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	10

	Волейбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	12
	Бадминтон	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	3

#### 4 класс (102 часа)

№ п/п	Тема/раздел	Воспитательный потенциал	Возможность использование ЭОР	Кол-во часов
1.	<b>Знания о физической культуре</b>	установление доверительных отношений между учителем и его учениками, побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	2
2.	<b>Способы самостоятельной деятельности</b>	принципы учебной дисциплины и самоорганизации, активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	5
3.	<b>Физическое совершенствование.</b>		<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	95
	Гимнастика с основами акробатики	принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	16
	Легкая атлетика	активизация их познавательной деятельности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	21
	Лыжная подготовка	использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	16
	Плавание (теория)	инициирование и поддержка	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ;	3

		исследовательской деятельности	<a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	
	Подвижные игры с элементами спортивных игр.	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации, групповая работа или работа в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	9
	Футбол, мини – футбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации, групповая работа или работа в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	5
	Баскетбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	10
	Волейбол	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	12
	Бадминтон	включение в урок игровых процедур, принципы учебной дисциплины и самоорганизации	<a href="https://learningapps.org/myapps.php">https://learningapps.org/myapps.php</a> ; <a href="https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991">https://www.yaklass.ru/SubjectEditor/EducationPrograms?subjectId=263991</a>	3