

Краснодарский край, муниципальное образование Мостовский район, поселок Псебай,  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия №4 имени Ивана  
Наумовича Нестерова поселка Псебай муниципального образования Мостовский район

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
МБОУ гимназии №4 имени И.Н. Нестерова  
поселка Псебай  
от 30. 08. 2021 года протокол № 1  
Председатель Рой И.С.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень образования: начальное общее образование, 1-4 классы.

Количество часов: 405 часов.

Учитель Малакеева Елена Павловна

Программа разработана в соответствии ФГОС начального общего образования

с учетом Примерные рабочие программы. Физическая культура. Предметная линия учебников системы «Перспектива». А.П.Матвеева. 1-4 классы. Москва. Просвещение, 2021 год

с учетом Рабочие программы. Шахматы в школе 1-4 годы обучения. Е.А. Прудникова, Е.И.Волкова.

Учебное пособие для общеобразовательных организаций. Москва. Просвещение, 2017 год.

## **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.**

**В результате изучения данного курса реализованы основные направления воспитательной деятельности**

### **1. Гражданское воспитание:**

- формирование у детей целостного мировоззрения, российской идентичности, уважения к своей семье, обществу, государству, принятым в семье и обществе духовно-нравственным и социокультурным ценностям, к национальному культурному и историческому наследию и стремления к его сохранению и развитию;
  - создание условий для воспитания у детей активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества, для увеличения знаний и повышения способности - ответственно реализовывать свои конституционные права и обязанности;
- формирование мотивов, нравственных и смысловых установок личности, позволяющих противостоять экстремизму, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам, межэтнической и межконфессиональной нетерпимости, другим негативным социальным явлениям.

### **2. Патриотическое воспитание:**

- развитие правовой и политической культуры детей, расширение конструктивного участия в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах самоорганизации, самоуправления, общественно-значимой деятельности;
- развитие программ патриотического воспитания детей, в том числе военнопатриотического;
- разработка и реализация вариативных программ воспитания, способствующих правовой, социальной, культурной адаптации детей мигрантов.

### **3. Духовно-нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей:**

- воспитание у детей чувства достоинства, чести и честности, совестливости, уважения к отцу, матери, учителям, старшему поколению, сверстникам, другим людям;
- развитие в детской среде ответственности и выбора, принципов коллективизма и солидарности, духа милосердия и сострадания, привычки заботиться о детях и взрослых, испытывающих жизненные трудности;
- формирование деятельностного позитивного отношения к людям с ограниченными возможностями здоровья и детям-инвалидам, преодоление психологических барьеров, существующих в обществе по отношению к людям с ограниченными возможностями;
- расширение сотрудничества между государством, обществом, традиционными религиозными общинами и иными общественными организациями и институтами в сфере духовно-нравственного воспитания детей.

### **4. Приобщение детей к культурному наследию (Эстетическое воспитание)**

- создание равных для всех детей возможностей доступа к культурным ценностям;
- увеличение доступности детской литературы для семей, приобщение детей к классическим и современным отечественным и мировым произведениям искусства и литературы;

-поддержка мер по созданию и распространению произведений искусства и культуры, проведению культурных мероприятий, направленных на популяризацию традиционных российских культурных, нравственных и семейных ценностей;

-создание и поддержка производства художественных, документальных, научно популярных, учебных и анимационных фильмов, направленных на нравственное и интеллектуальное развитие детей; совершенствование деятельности библиотек;

-создание условий для сохранения и поддержки этнических культурных традиций, народного творчества.

#### **5. Популяризация научных знаний среди детей (Ценности научного познания):**

- содействие повышению привлекательности науки для подрастающего поколения, поддержку научно-технического творчества детей;

- создание условий для получения детьми достоверной информации о передовых достижениях и открытиях мировой и отечественной науки, повышения заинтересованности подрастающего поколения в научных познаниях об устройстве мира, общества.

#### **6. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья:**

-формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;

-создание равных условий для занятий физической культурой и спортом, для развивающего отдыха и оздоровления детей, включая детей с ограниченными возможностями здоровья, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе на основе развития спортивной инфраструктуры и повышения эффективности ее использования; привитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактика вредных привычек;

-формирование в детской среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям спортом, развитие культуры здорового питания и трезвости;

-распространение позитивных моделей участия в массовых общественно-спортивных мероприятиях.

#### **7. Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение:**

-воспитание у детей уважения к труду, людям труда, трудовым достижениям и подвигам;

-формирование у детей умений и навыков самообслуживания, выполнения домашних обязанностей, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности;

-развитие умения работать совместно с другими, действовать самостоятельно, активно и ответственно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;

-содействие профессиональному самоопределению, приобщение детей к социально-значимой деятельности для осмысленного выбора профессии.

#### **8. Экологическое воспитание:**

- становление и развитие у ребенка экологической культуры, бережного отношения к родной земле;
- формирование у детей экологической картины мира, развитие у них стремления беречь и охранять природу;
- воспитание чувства ответственности за состояние природных ресурсов и разумное взаимодействие с ними.

**По окончании изучения курса «Физическая культура» в начальной школе должны быть достигнуты определённые результаты.**

**Личностные результаты** включают готовность и способность учащихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки и отражают:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества}
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

**Метапредметные результаты** включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные), которые обеспечивают овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, межпредметные понятия и отражают:

- 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;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 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 базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Предметные результаты** включают освоенный школьниками в процессе изучения данного предмета опыт деятельности по получению нового знания, его преобразованию, применению и отражают:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

- овладение умениями организовать 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 (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне; характеристику при знаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта; применение их в игровой и соревновательной деятельности.

#### **По окончании начальной школы учащиеся должны уметь:**

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизни человека;
- использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;
- организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;
- выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

#### **Знания о физической культуре**

##### **Выпускник научится:**

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

**Выпускник получит возможность научиться:**

*выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;*

*характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.*

**Способы физкультурной деятельности**

**Выпускник научится:**

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами; организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

*вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;*

*целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;*

*выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.*

**Физическое совершенствование**

**Выпускник научится:**

выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);

выполнять организующие строевые команды и приемы;

выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);

выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);

выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объема);

выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

**Выпускник получит возможность научиться:**

*сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;*

*выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;*

*играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам;*

*выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;*

*плавать, в том числе спортивными способами;*

*выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).*

**Планируемые результаты учебного курса «Шахматы»**

**Личностные результаты** освоения программы отражают индивидуальные качества, которые учащиеся должны приобрести в процессе освоения программного материала. К личностным результатам относят:

- формирование основ российской, гражданской идентичности;
- ориентацию на моральные нормы и их выполнение, способность к моральной децентрации;
- наличие чувства прекрасного;
- формирование основ шахматной культуры;
- понимание важности бережного отношения к собственному здоровью;
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат;
- готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- уважительное отношение к иному мнению;
- приобретение основных навыков сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;
- воспитание этических чувств доброжелательности, толерантности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам и обстоятельствам других людей;
- умение управлять своими эмоциями;
- дисциплинированность, внимательность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- формирование навыков творческого подхода при решении различных задач, стремление к работе на результат;
- оказание бескорыстной помощи окружающим.

**Метапредметные результаты** освоения программы характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий (УУД): познавательных, коммуникативных и регулятивных.

#### 1. Познавательные УУД:

- умение с помощью педагога и самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель деятельности в области шахматной игры;
- владение способом структурирования шахматных знаний;
- способность выбрать наиболее эффективный способ решения учебной задачи в конкретных условиях;
- умение находить необходимую информацию;
- способность совместно с учителем ставить и формулировать самостоятельно создавать алгоритмы деятельности творческого или поискового характера;
- умение моделировать, а также владение широким спектром логических действий и операций, включая общие приёмы решения задач;
- способность строить логические цепи рассуждений, анализировать, просчитывать результат своих действий, воспроизводить по памяти информацию, устанавливать причинно-следственные связи, предвидеть реакцию соперника, сопоставлять факты, концентрировать внимание, находить нестандартные решения.

#### 2. Коммуникативные УУД:

- умение находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты на основе согласования различных позиций;
- способность формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности;
- умение донести свою точку зрения до других и отстаивать собственную позицию, а также уважать и учитывать позицию партнёра (собеседника);
- возможность организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно передавать информацию и отображать предметное содержание и условия деятельности в речи.

#### 3. Регулятивные УУД:

- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои умственные, физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, планировать её реализацию (в том числе во внутреннем плане), контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

**Предметные результаты** освоения программы характеризуют умения и опыт обучающихся, приобретаемые и закрепляемые в процессе освоения учебного предмета «Шахматы в школе».

В результате освоения обязательного минимума знаний при обучении по данной программе обучающиеся начальной школы (1–4 классы) должны:

- приобрести знания из истории развития шахмат, представления о роли шахмат и их значении в жизни человека;
- владеть терминологией шахматной игры, понимать функциональный смысл и направленность действий при закреплении изученного шахматного материала;
- приобрести навык организации отдыха и досуга с использованием шахматной игры.

## **2. Содержание курса**

### **Знания о физической культуре**

**Физическая культура.** Физическая культура как система разно образных занятий физическими упражнениями. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

**Из истории физической культуры.** История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью, с традициями и обычаями народа.

**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, выносливости, гибкости, координации.

**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 развития физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.

**Самостоятельные игры и развлечения.** Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).



### **Физическое совершенствование**

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

Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине', висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом ноги вперёд.

Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и на двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в неподвижную мишень и на дальность.

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

На материале лёгкой атлетики: игры, включающие прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию движений, выносливость и быстроту.

Спортивные игры. Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

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 разных народов.

### **Общеразвивающие упражнения**

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, взмахами ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание туловища (в стойках и седах), прогибание туловища; индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации движений: произвольное преодоление простых препятствий; передвижения с изменяющимися направлениями движения с остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, концентрацию ощущений, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, седах); жонглирование мелкими предметами; преодоление полос препятствий, включающих в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку из матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие (например, «ласточка» на широкой или ограниченной опоре с фиксацией положения); жонглирование мелкими предметами в процессе передвижения; упражнения на переключение внимания и чувственного контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу; жонглирование мелкими предметами в движении (передвижение правым и левым боком, вперёд и назад).

Данный материал используется для развития основных физических качеств и планируется учителем в зависимости от задач уроков и логики построения раздела, посвящённого двигательным действиям и навыкам.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления и коррекции мышечного корсета.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или уменьшающимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий во время бега (по типу барьерного бега с высотой прыжка на 15—20 см); передача

набивного мяча (1—2 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений, метание набивных мячей (1—2 кг) одной и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от

груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте и с продвижением вперёд (правым и левым боком) с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание на горку из матов и после дующее спрыгивание с неё.

При планировании учебного материала настоящей рабочей программы введен модуль «Шахматы».

### Тематическое планирование 1 класс (66 ч)

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
<b>Знания о физической культуре. 1 ч.</b>	История физической культуры. Физическая культура разных народов. (1 ч)	<u>Регулятивные:</u> <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные:</u> <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <u>Коммуникативные:</u> <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>6</b>
<b>Способы физкультурной деятельности (3 часа)</b>	Самостоятельные занятия оздоровительной и тренировочной направленности. (1ч) Самоконтроль с помощью наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.	<u>Регулятивные:</u> <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные:</u> <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <u>Коммуникативные:</u> <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	4

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
	(1 ч) Самостоятельные игры и развлечения. (1ч)		
Физическое совершенствование (62 ч)	Скандинавская ходьба. (4 ч)	<i>Регулятивные:</i> целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие — формулировать собственное мнение и позицию	8
	Упражнения с оздоровительной направленностью. (4 ч)	<i>Регулятивные:</i> планирование — применять установленные правила в планировании способа решения задачи. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. <i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы, обращаться за помощью	5
	Дыхательная гимнастика (4 ч)	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция — вносить изменения в план действия. <i>Познавательные:</i> общеучебные — определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. <i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества — задавать вопросы; управление коммуникацией — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	4
	Спринтерский бег (4 ч)	<i>Регулятивные:</i> планирование - выполнять действия в соответствии с постав-	2

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
		ленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные:</u> знаково-символические - использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. <u>Коммуникативные:</u> инициативное сотрудничество — ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника	
	Метание мяча на дальность и в цель (4 ч)	<u>Регулятивные:</u> целеполагание — преобразовывать практическую задачу в образовательную. <u>Познавательные:</u> общеучебные — осознанно строить сообщения в устной форме. <u>Коммуникативные:</u> взаимодействие — задавать вопросы, формулировать свою позицию	1
	Прыжки, прыжки с поворотами (2 ч)	<u>Регулятивные:</u> контроль и самоконтроль — сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <u>Познавательные:</u> общеучебные - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>Коммуникативные:</u> инициативное сотрудничество — формулировать свои затруднения	8
	Длительный и равномерный бег (4 ч)	<u>Регулятивные:</u> целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. <u>Познавательные:</u> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <u>Коммуникативные:</u> инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие — формулировать собственное мнение и позицию	6
	Строевые упражнения,	<u>Регулятивные:</u> целеполагание - удерживать	4

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
	перестроения (4 ч)	учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> — использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	
	Элементы акробатических упражнений (4 ч)	<b>Регулятивные:</b> <i>коррекция</i> - вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <b>Познавательные:</b> <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>Коммуникативные:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	6
	Висы, упоры, смешанные упоры (4 ч)	<i>Регулятивные:</i> <i>коррекция</i> – адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	4
	Лазание, перелезание,	<i>Регулятивные: целеполагание</i> — удерживать познавательную задачу и применять	3

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
	подлезание (4 ч)	установленные правила. <u>Познавательные:</u> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <u>Коммуникативные:</u> управление коммуникацией - осуществлять взаимный контроль	2
	Опорный прыжок. (2 ч)	<u>Регулятивные:</u> целеполагание - формировать и удерживать учебную задачу; прогнозирование - предвидеть уровень усвоения знаний, его временных характеристик. <u>Познавательные:</u> общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <u>Коммуникативные:</u> взаимодействие - формулировать свои затруднения; ставить вопросы, вести устный диалог	
	Упражнения на равновесие (2 ч)	<u>Регулятивные:</u> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <u>Познавательные:</u> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <u>Коммуникативные:</u> управление коммуникацией -осуществлять взаимный контроль	3
	Танцевальные упражнения. (4 ч)	<u>Регулятивные:</u> целеполагание - формулировать учебную задачу; планирование - адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности. <u>Познавательные:</u> общеучебные - самостоятельно формулировать познавательную цель; логические- подводить под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков. <u>Коммуникативные:</u> инициативное сотрудничество - обращаться за помощью, ставить вопросы, выполнять учебные действия	6

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
	Подвижные игры с элементами спортивных игр (5 ч)	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <i>Познавательные:</i> общеучебные - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	6
	Тестирование (2 ч)	<i>Регулятивные:</i> целеполагание — преобразовывать практическую задачу в образовательную. <i>Познавательные:</i> общеучебные — осознанно строить сообщения в устной форме. <i>Коммуникативные:</i> взаимодействие — задавать вопросы, формулировать свою позицию	8
	Круговая тренировка (2 ч)	<i>Регулятивные:</i> планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные:</i> общеучебные - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные:</i> взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	1,2
<b>2 класс (68 часов)</b>			
Узнаем об истории	История физической	<i>Регулятивные:</i> планирование - выбирать	1



Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
физической культуры (2 ч)	культуры. Физическая культура разных народов. (1ч)	действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные: общеучебные</u> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <u>Коммуникативные: взаимодействие</u> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	
	Физические упражнения. Профилактика травматизма. (1 ч)	<u>Регулятивные: осуществление учебных действий</u> - использовать речь для регуляции своего действия. <u>Познавательные: общеучебные</u> - применять 2 правила и пользоваться инструкциями. <u>Коммуникативные: управление коммуникацией</u> - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	
		<u>Регулятивные: целеполагание</u> — формулировать и удерживать учебную задачу. <u>Познавательные: общеучебные</u> — использовать общие приемы решения задач. <u>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</u> - ставить вопросы и обращаться за помощью	2
Способы физкультурной деятельности (6 ч.)	Самостоятельные занятия оздоровительной и тренировочной направленности. (1 ч)	<u>Регулятивные: целеполагание</u> — удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. <u>Познавательные: общеучебные</u> - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <u>Коммуникативные: управление коммуникацией</u> - осуществлять взаимный контроль	4
	Самоконтроль с помощью наблюдения за физическим развитием и	<u>Регулятивные: осуществление учебных действий</u> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. <u>Познавательные: общеучебные</u> - ставить и	

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
	физической подготовленностью Дыхательная гимнастика(1 ч).	формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	7
	Самостоятельные игры и развлечения. Упражнения с оздоровительной направленностью. (1 ч)	<i>Регулятивные: планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	
	Спринтерский бег (1 ч)	<i>Регулятивные: планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Познавательные: общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <i>Коммуникативные: взаимодействие</i> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	4
	Метание мяча на дальность и в цель (1 ч)	<i>Регулятивные: осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	3
	Прыжки, прыжки с поворотами (1 ч)	<i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в	6

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
		способ действий. <u>Познавательные: общеучебные</u> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <u>Коммуникативные: управление коммуникацией</u> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
<b>Физическое совершенствование (60 ч)</b>	Длительный и равномерный бег(4 ч)	<u>Регулятивные: коррекция</u> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <u>Познавательные: общеучебные</u> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <u>Коммуникативные: управление коммуникацией</u> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	6
	Строевые упражнения, перестроения(4 ч)	<u>Регулятивные: планирование</u> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <u>Познавательные: общеучебные</u> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <u>Коммуникативные: взаимодействие</u> - слушать собеседника, формулировать свои затруднения	5
	Элементы акробатических упражнений(5 ч)	<u>Регулятивные: коррекция</u> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <u>Познавательные: общеучебные</u> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера.	4

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
		<i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	
	Висы, упоры, смешанные упоры(4 ч)	<i>Регулятивные: коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. <i>Познавательные: общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <i>Коммуникативные: инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - строить монологическое высказывание, вести устный диалог	3
	Лазание, перелезание, подлезание(5 ч)	<i>Регулятивные: коррекция</i> - адекватно воспринимать замечания по исправлению ошибок; вносить дополнения и изменения в способ действий. <i>Познавательные: общеучебные</i> — самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. <i>Коммуникативные: управление коммуникацией</i> - оценивать собственное поведение и поведение окружающих	2,6
	Опорный прыжок. (4 ч)	Регулятивные: организация рабочего места. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия. Коммуникативные: умение слушать, задавать вопросы	3,6
	Упражнения на равновесие(5 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать	6,7

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
		свои затруднения и обращаться за помощью.	
	Танцевальные упражнения. (5ч)	Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: Взаимодействовать друг другу соблюдая правила безопасности,	8,6
	Национальные подвижные игры(5 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач Коммуникативные: Поддерживать друг друга.	4,6
	Подвижные игры с элементами спортивных игр(5 ч)	Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	3
	Тестирование(4 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	6
	Круговая тренировка(5 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,	5

Раздел. Кол-во часов.	Темы. Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
		приемами действий в ситуациях общения.	
	Полоса препятствий(5 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач.	6

### Тематическое планирование 3 класс 68 ч

<b>Знания о физической культуре</b>  (1 ч)	История физической культуры.  Физическая культура разных народов. (1ч)	Регулятивные: организация рабочего места. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия. Коммуникативные: умение слушать, задавать вопросы	5
<b>Способы физической деятельности (3 ч)</b>	Самостоятельные занятия оздоровительной и тренировочной направленности (1 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	
	Самоконтроль с помощью наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью (1 ч)	Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: Взаимодействовать друг другу соблюдая правила безопасности,	4
	Упражнения с оздоровительной	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы	3

	направленностью. (1 ч)	решения задач Коммуникативные: Поддерживать друг друга.	
<b>Физическое совершенствование</b> <b>(64 ч)</b>	Дыхательная гимнастика  (3ч)	Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	6
	Спринтерский бег(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	7
	Метание мяча на дальность, в вертикальную и горизонтальную цель(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	8
	Прыжки, прыжки с поворотами и перепрыгиванием препятствий(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	6
	Длительный и равномерный бег(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	4

		<p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	
	Строевые упражнения, перестроения(3ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	3
	Элементы акробатических упражнений(3 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.</p>	3
	Висы, упоры, смешанные упоры(3 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.</p>	2
	Лазание, перелезание, подлезание (3 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми</p>	2
	Опорный прыжок. (3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с	1



		применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки	
	Упражнения на равновесие(3ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	6
	Танцевальные упражнения. (3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	4
	Национальные подвижные игры(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	5
	Подвижные игры с элементами волейбола. (3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	4
	Подвижные игры с элементами футбола. (4ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.	3

		<p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.</p>	
	Техника перемещений, поворотов, остановок и стоек. (3 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	2
	Передачи мяча (3ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга.</p> <p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	1
	Ведение мяча(3 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	7
	Тестирование (3 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения</p>	5

	Круговая тренировка(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	4
	Полоса препятствий(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	7

#### Тематическое планирование 4 класс 68 ч

<b>Знания о физической культуре (1 ч)</b>	История физической культуры. Физическая культура разных народов. (1 ч)	Регулятивные: организация рабочего места. Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия. Коммуникативные: умение слушать, задавать вопросы	3
<b>Способы физической деятельности (2 ч)</b>	Физические упражнения Профилактика травматизма. (1 ч) Упражнения с оздоровительной направленностью (1 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся формулировать свои затруднения и обращаться за помощью.	2
<b>Физическое совершенствование (65 ч)</b>	Дыхательная гимнастика (2 ч)	Регулятивные: удерживать учебную задачу, составлять план действий совместно с учителем. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: Взаимодействовать друг другу соблюдая правила безопасности,	1
	Скандинавская ходьба	Регулятивные: организация рабочего места с	2

	(2 ч)	применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач Коммуникативные: Поддерживать друг друга.	
	Упражнения с оздоровительной направленностью. (2 ч)	Регулятивные: научатся удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	4
	Дыхательная гимнастика (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия	5
	Спринтерский бег(2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	7
	Метание мяча на дальность, в вертикальную и горизонтальную цель (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми	8
	Прыжки, прыжки с поворотами и перепрыгиванием препятствий(2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.	7

		<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.</p>	
	Длительный и равномерный бег(4 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	6
	Строевые упражнения, перестроения(2 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: научатся контролировать и оценивать свои действия во время выполнения команд учителя.</p> <p>Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.</p>	5
	Элементы акробатических упражнений(4 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь в сотрудничестве.</p>	4
	Висы, упоры, смешанные упоры(2 ч)	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: умеют владеть способами</p>	

		взаимодействия с окружающими людьми	
	Лазание, перелезание, подлезание (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимопомощи и взаимоподдержки	2
	Опорный прыжок. (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	1
	Упражнения на равновесие(2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения.	8
	Танцевальные упражнения. (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	7
	Строевые упражнения, повороты на месте (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.	5
	Национальные подвижные игры(2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения. Регулятивные:	6

		<p>организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими, переживать и «болеть» за своих товарищей.</p>	
	<p>Подвижные игры с элементами волейбола. (4 ч)</p>	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.</p>	4
	<p>Подвижные игры с элементами футбола. (4 ч)</p>	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: научатся определять общую цель и пути её достижения, следить за безопасностью друг друга.</p> <p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	2
	<p>Техника перемещений, поворотов, остановок и стоек. (2 ч)</p>	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.</p>	1
	<p>Передачи мяча (4 ч)</p>	<p>Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил.</p> <p>Познавательные: использовать общие приемы решения задач.</p> <p>Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми,</p>	2

		приемами действий в ситуациях общения	
	Ведение мяча(2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми.	3
	Броски мяча в кольцо(2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения.	4
	Тестирование (2 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	5
	Круговая тренировка(4 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: научатся осуществлять взаимный контроль, адекватно оценивать свои действия.	6
	Полоса препятствий(3 ч)	Регулятивные: организация рабочего места с применением установленных правил. Познавательные: использовать общие приемы решения задач. Коммуникативные: владеть способами взаимодействия с окружающими людьми, приемами действий в ситуациях общения, следить за безопасностью друг друга.	7



### Примерное тематическое планирование (1–4 классы)

Содержание раздела	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
<b>1 класс (33 ч)</b>			
<b>Раздел 1. Теоретические основы и правила шахматной игры</b>			
Из истории шахмат	Основные содержательные линии Сведения о возникновении шахмат и появлении их на Руси, первое знакомство с чемпионами мира по шахматам и ведущими шахматистами мира.	Имеют представление об истории возникновения шахмат и появления их на Руси.	1-8
Базовые понятия шахматной игры	Основные содержательные линии Изучение основ шахматной игры: шахматная доска, шахматные фигуры, начальная позиция фигур, шахматная нотация, ценность фигур, нападение, взятие, шахматная нотация, шах и защита от шаха, мат, пат, рокировка, взятие на проходе, превращение	Знают основные шахматные термины: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр, начальное положение, белые, чёрные, ход, взятие, взятие на проходе, длинная и короткая рокировка,	1-8

	пешки, матование одинокого короля различными фигурами, начало шахматной партии, материальное преимущество, правила шахматного этикета, дебютные ошибки.	шах, мат, пат, ничья. Правила хода и взятия каждой фигуры. Умеют правильно располагать шахматную доску и расставлять фигуры перед игрой, записывать шахматную позицию и партию, рокировать, объявлять шах, ставить мат, решать элементарные задачи на мат в один ход, играть каждой фигурой в отдельности и в совокупности с другими фигурами без нарушений правил шахматного кодекса, разыгрывать партию с партнёром. Соблюдают правила поведения за шахматной доской.	
--	---	---	--

## Раздел 2. Практико-соревновательная деятельность

Соревнования	Основные содержательные линии Участие детей в шахматном турнире «Первенство класса».	Умеют правильно располагать шахматную доску и расставлять фигуры на ней, играть партию от начала до конца с записью, пользоваться шахматными часами.	1-8
--------------	---	--	-----

## 2 класс (34 ч)

## Раздел 1. Теоретические основы и правила шахматной игры

Из истории шахмат	Основные содержательные линии Сведения о каждом из 16 чемпионов мира по шахматам, их вкладе в развитие шахмат, знакомство с ведущими шахматистами мира.	Знают о вкладе чемпионов мира по шахматам в развитие шахматной культуры.	1-8
<b>Базовые понятия</b>	Основные содержательные линии Основы шахматной игры (повторение	Знают способы защиты в шахматной партии,	1-8

<p><b>шахматной игры</b></p>	<p>материала 1-го года обучения: защита в шахматах, матование одинокого короля различными фигурами). Шахматная комбинация: выигрыш материала. Основы дебюта: развитие фигур, дебютные ловушки, короткие партии. Основы эндшпиля: реализация большого материального преимущества.</p>	<p>элементарные шахматные комбинации, имеют представление о дебютных ловушках и о том, как в них не попадаться. Умеют видеть нападение и защищать свои фигуры от нападения партнёра, матовать одинокого короля двумя ладьями, ферзём и ладьёй, королём и ферзём, королём и ладьёй, могут находить элементарные шахматные комбинации: двойной удар, связку, ловлю фигуры, мат на последней горизонтали, сквозной удар, открытый и двойной шахи, знают, как правильно выводить фигуры в начале партии и выигрывать партию с большим материальным преимуществом. Соблюдают правила поведения за шахматной доской.</p>	
<p><b>Раздел 2. Практико-соревновательная деятельность</b></p>			
<p>Конкурсы решения позиций</p>	<p>Основные содержательные линии Конкурс решения позиций на тактические приёмы «связка», «двойной удар», «нападение», «защита», «сквозной удар», «ловля фигуры», «открытый шах», «двойной шах», «мат по последней горизонтали».</p>	<p>Расставляют позицию для решения упражнений, решают шахматные упражнения. Анализируют свои ответы и ответы своих сверстников. С помощью тестового задания оценивают собственное выполнение.</p>	<p>1-8</p>

Соревнования	Основные содержательные линии Участие детей в шахматном турнире «Первенство класса».	Умеют играть партию от начала до конца с записью и различным контролем времени.	1-8
Шахматный праздник	Основные содержательные линии Участие в школьном шахматном празднике.	Осваивают правила игры. Активно участвуют в играх и эстафетах. Общаются и взаимодействуют со сверстниками. Проявляют доброжелательность, взаимопонимание, смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игр. Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, умеют управлять ими. Соблюдают правила техники безопасности во время участия в празднике.	1-8
<b>3 класс (34 ч)</b>			
<b>Раздел 1. Теоретические основы и правила шахматной игры</b>			
Из истории шахмат	Основные содержательные линии История возникновения соревнований по шахматам, системы проведения шахматных соревнований.	Знают историю возникновения шахматных соревнований, правила проведения соревнований, различные системы проведения шахматных соревнований.	1-8

Базовые понятия шахматной игры	<p>Основные содержательные линии</p> <p>Шахматная комбинация: задачи на мат в два хода, тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «уничтожение защиты», «спёртый мат».</p> <p>Основы разыгрывания дебюта, атака на короля в дебюте.</p> <p>Основы пешечного эндшпиля: проведение пешки в ферзи, правило квадрата, отталкивание плечом, реализация лишней пешки.</p>	<p>Знают шахматные комбинации и тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «уничтожение защиты», основы разыгрывания дебюта: развитие фигуры, дебютные ловушки, короткие партии.</p> <p>Умеют решать позиции на мат в два хода, находить тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «уничтожение защиты», «спёртый мат», атаковать рокировавшегося и нерокировавшегося короля в дебюте, проводить пешку в ферзи. Соблюдают правила поведения за шахматной доской.</p>	1-8
<b>Раздел 2. Практико-соревновательная деятельность</b>			
Конкурсы решения позиций	<p>Основные содержательные линии</p> <p>Конкурсы решения позиций на дебютные ловушки, способы атаки на короля, уничтожение защиты, тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «спёртый мат».</p>	<p>Расставляют позицию для решения упражнений, решают шахматные упражнения.</p> <p>Анализируют свои ответы и ответы своих сверстников.</p> <p>С помощью тестового задания оценивают собственное выполнение.</p>	1-8
Соревнования	<p>Основные содержательные линии</p> <p>Участие детей в шахматном турнире «Первенство класса».</p>	<p>Умеют играть партию от начала до конца с записью и различным контролем времени.</p>	1-8

Шахматный праздник	Основные содержательные линии Участие в школьном спортивно-шахматном празднике.	Осваивают правила игры. Активно участвуют в играх и эстафетах. Общаются и взаимодействуют со сверстниками. Проявляют доброжелательность, взаимопонимание, смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игр. Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, умеют управлять ими. Соблюдают правила техники безопасности во время участия в празднике.	1-8
<b>4 класс (34 ч)</b>			
<b>Раздел 1. Теоретические основы и правила шахматной игры</b>			
Из истории шахмат	Основные содержательные линии История появления шахмат на Руси. Зарождение шахматной культуры в России.	Знают о появлении шахмат на Руси, о том, как зарождалась шахматная культура в России.	1-8
Базовые понятия шахматной игры	Основные содержательные линии Тактические приёмы «мельница», «перекрытие», «рентген». Основы дебюта: открытые, полуоткрытые и закрытые дебюты, слабые пункты f2/f7, перевес в развитии фигур, выбор хода и оценка позиции, перевес в пространстве.	Знают тактические приёмы «мельница», «перекрытие», «рентген», основы теории Итальянской партии, Защиты двух коней, Русской партии, способы разрушения прикрытия короля при равносторонней и	1-8

	<p>Основы эндшпиля: простейшие ладейные и легкофигурные окончания.</p>	<p>разносторонней рокировках. Умеют находить тактические приёмы «мельница», «перекрытие», «рентген», разыгрывать открытые дебюты по теории, использовать перевес в развитии в дебюте, атаковать короля при равносторонней и разносторонней рокировках, разыгрывать простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой против ладьи (позиции Филидора и Лусены), простейшие легкофигурные окончания. Соблюдают правила поведения за шахматной доской.</p>	
<b>Раздел 2. Практико-соревновательная деятельность</b>			
Конкурсы решения позиций	<p>Основные содержательные линии</p> <p>Конкурсы решения позиций на все пройденные тактические приёмы и шахматные комбинации</p>	<p>Расставляют позицию для решения упражнений, решают шахматные упражнения. Анализируют свои ответы и ответы своих сверстников. С помощью тестового задания оценивают собственное выполнение.</p>	1-8
Соревнования	<p>Основные содержательные линии</p> <p>Участие детей в шахматном турнире «Первенство класса».</p>	<p>Умеют играть партию от начала до конца с записью партии и различным контролем времени.</p>	1-8
Шахматный	Основные содержательные линии	Осваивают правила игры.	1-8

праздник	Участие в школьном спортивно-шахматном празднике.	<p>Активно участвуют в играх и эстафетах.</p> <p>Общаются и взаимодействуют со сверстниками.</p> <p>Проявляют доброжелательность, взаимопонимание, смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игр.</p> <p>Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, умеют управлять ими.</p> <p>Соблюдают правила техники безопасности во время участия в празднике.</p>	
----------	---	---	--

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
 методического объединения  
 учителей начальных классов  
 МБОУ гимназии № 4 имени И.Н.Нестерова  
 поселка Псебай  
 от \_\_\_\_ августа 2021 года № \_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_ Малакеева Е.П.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УМР

\_\_\_\_\_ С.А.Мартынчук  
 « \_\_\_\_ » августа 2021 года