

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №76»
ЗАТО Северск Томской области ул. Парковая, 2а
тел. 8(3823)54-56-50, факс 8(3823) 54-65-11

ПРОВЕРЕНО

заместитель директора по УВР

Протокол №

Захарова И.В.

от «26» августа 2024г.

УТВЕРЖДАЮ

директор МАОУ «СОШ №76»

Вдовина С.Л.

Приказ от «26» августа 2024г.

№ 01-15-138

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
к рабочей программе учебного предмета (курса)
«Физическая культура»

Уровень реализации рабочей программы (нужное подчеркнуть):
базовый, расширенный, углубленный, профильный
для 4 класса

Составители:

учителя начальных классов: Думнова И.А., Гильдеева Н.И., Рубцова О.М., Гузеев С.В., Карташова С. Б.

Северск, 2024 год

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Электронные учебно-методические материалы	Воспитательный компонент
Раздел 1. Знания о физической культуре - 2ч				
1.1.	Из истории развития физической культуры в России	1	https://resh.edu.ru/class/4/	Воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
1.2.	Из истории развития национальных видов спорта	1		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности - 5ч				
2.1.	Самостоятельная физическая подготовка	1	https://resh.edu.ru/class/4/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
2.2.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1		
2.3.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	1		
2.4.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	2		
2.5.				
Раздел 3. Оздоровительная физическая культура - 2ч				
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	https://resh.edu.ru/class/4/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
3.2.	Закаливание организма	1		

				нности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная физическая культура - 69ч				
4.1.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Предупреждение травм при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	4ч	https://resh.edu.ru/class/4/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
4.2.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Акробатическая комбинация	4ч		
4.3.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Опорный прыжок	4ч		
4.4.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Упражнения на гимнастической перекладине	4ч		
4.5.	Модуль "Гимнастика с основами акробатики". Танцевальные упражнения	4ч		
4.6.	Модуль "Лёгкая атлетика". Предупреждение травм на занятиях лёгкой атлетикой	5ч		
4.7.	Модуль "Лёгкая атлетика". Упражнения в прыжках в высоту с разбега	4ч		
4.8.	Модуль "Лёгкая атлетика". Беговые упражнения	4ч		
4.9.	Модуль "Лёгкая атлетика". Метание малого мяча на дальность	4ч		
4.10.	Модуль "Лыжная подготовка". Предупреждение травм на занятиях лыжной подготовкой	4ч		
4.11.	Модуль "Лыжная подготовка". Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	4ч		
4.12.	Модуль "Плавательная подготовка". Предупреждение травм на занятиях в плавательном бассейне	4ч		
4.13.	Модуль "Плавательная подготовка". Плавательная подготовка	5ч		
4.14.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	3ч		
4.15.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Подвижные игры общефизической	3ч		

	подготовки			
4.16.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры волейбол	3ч		
4.17.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры баскетбол	3ч		
4.18.	Модуль "Подвижные и спортивные игры". Технические действия игры футбол	3ч		
Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура - 24 ч				
5.1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО	24ч	https://resh.edu.ru/class/4/	Укрепление здоровья, совершенствование функциональных возможностей и обеспечение всестороннего физического развития организма, развитие силы, быстроты, выносливости и ловкости, волевых и моральных качеств, воспитание дисциплинированности, коллективизма, чувства дружбы и товарищества, рациональных гигиенических навыков, овладение знаниями по гигиене физических упражнений и самоконтролю.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102ч		