

Апшеронский район  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №2

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от «30 » августа 2022г. протокол №1  
Председатель \_\_\_\_\_ С.Р. Шолохова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

Уровень образования 2-4 классы начальное общее образование.

Количество часов: 2 класс – 102 (3 часа в неделю);  
3 класс – 102 (3 часа в неделю);  
4 класс – 102 (3 часа в неделю).

Учитель: Архипова Нина Павловна, учитель физической культуры

**Программа разработана на основе авторской программы В.И. Лях Физическая культура. Программы развития самбо в Российской Федерации до 2024. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха 1-4 классы: учебное пособие для общеобразовательных организаций - Москва «Просвещение», 2019 год**  
Предметная линия учебников «Физическая культура», 1-4 класс», автор В.И.Лях Москва «Просвещение», 2019 год.

## 1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для 2—4 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностные результаты** освоения программы основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе:

### 1. Патриотическое воспитание:

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- готовность отстаивать символы России во время спортивных соревнований, традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения.

### 2. Гражданское воспитание:

- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга.

### 3. Духовно-нравственное воспитание:

- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях.

### 4. Эстетическое воспитание:

- стремление к физическому совершенству, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта.

### 5. Популяризация научных знаний:

- готовность к организации и проведению занятий физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей.

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

- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок.

#### **7. Трудовое воспитание:**

- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

#### **8. Экологическое воспитание:**

- готовность соблюдать правила и требования к организации бивака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде.

#### **Личностные результаты.**

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;

- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

#### **Метапредметные результаты**

- 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;
- 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 начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

#### **Предметные результаты**

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
  - \* овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
2. • формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

## **2.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

### **Знания о физической культуре**

**Физическая культура.** Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание 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. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

**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, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.

Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.

### **Способы физической 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 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.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств.

Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

#### **Спортивно-оздоровительная деятельность**

##### **Гимнастика с основами акробатики.**

*Организуемые команды и приемы.* Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

*Акробатические упражнения.* Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувырки; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост.

*Акробатические комбинации.* Например: 1) мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, поворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперед 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 вперед.

*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 вперед ноги.

*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.

### **Самбо**

Подраздел «Самбо» специально-подготовительные упражнения Самбо. Приемы самообороны: на спину перекувырком, при падении вперед на руки, при падении на спину через мост, на бок кувырком. Упражнения для бросков: удержаний, выведения из равновесия, подножек, подсечек, бросок захватом. Упражнения для тактики: подвижные игры, игры-задания. Изучения приемов в положении лежа. Удержание: сбоку, со стороны

головы, поперек, верхом. Варианты уходов от удержаний. Учебные схватки на выполнение изученных удержаний. Переворачивания партнера, стоящего в упоре на руках и коленях: захватом рук сбоку, рычагом, скручиванием захватом шеи и руки с упором голенью в живот. Броски. Выведение из равновесия: партнера стоящего на коленях рывком и скручиванием, партнера вприседе толчком, партнера стоящего на одном колене рывком, скручиванием, толчком. Игры-задания и учебные схватки на выполнения изученных выведений из равновесия.

#### **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 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 вертикальную цель и на дальность.

#### **Подвижные и спортивные игры.**

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

*На материале легкой атлетики:* прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

*На материале спортивных игр.*

*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.

### **3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Содержание учебного предмета, курса	Тематическое планирование	Количество часов			Характеристика деятельности обучающихся	Основные направления воспитательной деятельности	
		2 кл.	3 кл.	4 кл.			
<b>Знания о физической культуре – 15 часов (в процессе уроков)</b>							
<b>Физическая культура-5 часов</b>							
Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки,	Понятие о культуре.		1	1	1	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Выявлять</b> различие в	1,2,3,4,5,6,7,8

лазанье, ползание как жизненно важные способы передвижения человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями, организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Основные способы передвижения человека.  Профилактика травматизма					основных способах передвижения человека. <b>Определять</b> ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. <b>Определять</b> состав спортивной одежды, в зависимости от времени года и погодных условий.	
<b>Из истории физической культуры - 5 часов</b>							
История развития физической культуры и первых соревнований. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью	Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр. Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Зарождение физической культуры на территории Древней Руси. Развитие физической культуры в России в XVII— XIX вв.		1	1	1	<b>Пересказывать</b> тексты из истории физической культуры. <b>Понимать и раскрывать</b> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека	
<b>Физические упражнения- 5 часов</b>							
Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.	Представление о физических упражнениях.		1	1	1	<b>Различать</b> упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств	

<p>Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.</p> <p>Физическая подготовка её связь с развитием основных физических качеств.</p> <p>Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.</p>	<p>Представление о физических качествах.</p> <p>Общее представление о физическом развитии.</p> <p>Общее представление о физической подготовке.</p> <p>Что такое физическая нагрузка.</p> <p>Правила контроля за нагрузкой по частоте сердечных сокращений.</p>					<p>(сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие).</p> <p><b>Характеризовать</b> показатели физического развития.</p> <p><b>Характеризовать</b> показатели физической подготовки.</p> <p><b>Выявлять</b> характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.</p>	
<b>Способы физической деятельности 22 часа</b>							
<i>Самостоятельные занятия-7 часов</i>							
<p>Составление режима дня.</p> <p>Комплексы закаливающих процедур.</p> <p>Комплексы упражнений для формирования правильной осанки.</p> <p>Оздоровительные занятия в режиме дня.</p>	<p>Содержание и правила планирования режима дня.</p> <p>Утренняя зарядка, физкультминутки</p>		2	1	2		<b>5,6,7</b>
<i>Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью 7 часов</i>							
<p>Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств.</p> <p>Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.</p>	<p>Измерение показателей физического развития.</p> <p>Измерение показателей развития физических качеств.</p> <p>Измерение частоты сердечных сокращений.</p>		2	1	2	<p><b>Измерять</b> индивидуальные показатели длины и массы тела.</p> <p><b>Измерять</b> показатели физических качеств.</p> <p><b>Измерять</b> (пальпаторно) частоту сердечных сокращений.</p>	<b>6</b>
<i>Самостоятельные игры и развлечения- 8 часов</i>							

Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Игры и развлечения в зимнее время года. Игры и развлечения в летнее время года. Подвижные игры с элементами спортивных игр. Народные подвижные игры.		2	2	2	<b>Общаться и взаимодействовать</b> в игровой деятельности. <b>Организовывать и проводить</b> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	
<b>Физическое совершенствование (321 часов)</b>							
<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность-8 часов (в процессе уроков)</b>							
Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.	Оздоровительные формы занятий. Развитие физических качеств. Профилактика утомления.		2	2	2	<b>Осваивать</b> универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнения в оздоровительных формах занятий. <b>Моделировать</b> физические нагрузки для развития основных физических качеств. <b>Осваивать</b> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. <b>Осваивать</b> навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз	<b>6</b>
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность (314ч)</b>			<b>79</b>	<b>79</b>	<b>79</b>		
<b>Гимнастика с основами акробатики (78ч), самбо (135)</b>			<b>21/34</b>	<b>18/34</b>	<b>18/34</b>		
<b>Организуящие команды и приёмы.</b> Строевые действия в	Движения и передвижения строем.					<b>Осваивать</b> универсальные умения при выполнении	<b>2,3,4,6,7</b>

<p>шеренге и колонне; выполнение строевых команд. <i>Акробатические упражнения.</i> Упоры; седы; упражнения в группировке; перекувы; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад - гимнастический мост. <i>Акробатические комбинации.</i> 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. <i>Упражнения на низкой гимнастической перекладине:</i> висы, перемахи. <i>Гимнастическая комбинация.</i> Например, из вися 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 вперёд ноги.</p>	<p>Акробатика.</p>				<p>организующих упражнений. <b>Различать и выполнять</b> строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». <b>Описывать</b> технику разучиваемых акробатических упражнений. <b>Осваивать</b> технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций. <b>Осваивать</b> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. <b>Выявлять</b> характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений. <b>Осваивать</b> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств. <b>Соблюдать</b> правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений. <b>Проявлять</b> качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p>	
---	--------------------	--	--	--	--	--

<p><i>Опорный прыжок:</i> с разбега через гимнастического козла.  <i>Гимнастические упражнения прикладного характера.</i>  Передвижение по гимнастической стенке.  Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания; передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p> <p><b>Самбо.</b>  Приемы самостраховки (варианты). Удержания (варианты). Перевороты (варианты); выведение из равновесия (основы)</p>	<p>Прикладная гимнастика</p>				<p><b>Описывать</b> технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.  <b>Осваивать</b> технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.  <b>Осваивать</b> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.  <b>Выявлять и характеризовать</b> ошибки при выполнении гимнастических упражнений.  <b>Проявлять</b> качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.  <b>Соблюдать</b> правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.  <b>Описывать</b> технику гимнастических упражнений прикладной направленности.  <b>Осваивать</b> технику физических упражнений прикладной направленности.  <b>Осваивать</b> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.  <b>Выявлять</b> характерные</p>	
---	------------------------------	--	--	--	--	--

						ошибки при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. <b>Проявлять</b> качества силы и координации при выполнении упражнений прикладной направленности. <b>Соблюдать</b> правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности	
<b>Лёгкая атлетика (88 ч)</b>			<b>21</b>	<b>23</b>	<b>23</b>		
<p><b>Беговые упражнения:</b> свысоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением</p> <p><b>Прыжковые упражнения:</b> на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту, спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой.</p> <p><b>Броски:</b> большого мяча(1кг) на дальность разными способами.</p> <p><b>Метание:</b> малого мяча в вертикальную цель и на дальность</p>	<p>Беговая подготовка</p> <p>Прыжковая подготовка</p> <p>Броски большого мяча</p> <p>Метание малого мяча</p>					<p><b>Описывать</b> технику беговых упражнений.</p> <p><b>Выявлять</b> характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.</p> <p><b>Осваивать</b> технику бега различными способами.</p> <p><b>Осваивать</b> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p> <p><b>Осваивать</b> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p> <p><b>Проявлять</b> качества силы, быстроты, выносливости и координации</p>	<b>1,2,3,6</b>

						<p><b>Соблюдать</b> правила техники безопасности при выполнении бросков большого набивного мяча.</p> <p><b>Проявлять</b> качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча.</p> <p><b>Описывать</b> технику метания малого мяча.</p> <p><b>Осваивать</b> технику метания малого мяча.</p> <p><b>Соблюдать</b> правила техники безопасности при метании малого мяча.</p> <p><b>Проявлять</b> качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>	
<b>Подвижные, спортивные игры и кроссовая подготовка(104часов)</b>			<b>25</b>	<b>27</b>	<b>27</b>		
<p><i>На материале гимнастики с основами акробатики:</i> игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p><i>На материале лёгкой атлетики:</i> прыжки, бег, метание и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p><i>На материале спортивных игр:</i> <i>Футбол:</i> удар по неподвижному и катящемуся</p>	<p>Подвижные игры</p> <p>Спортивные игры</p>					<p><b>Осваивать</b> универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.</p> <p><b>Излагать</b> правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p><b>Осваивать</b> двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.</p> <p><b>Взаимодействовать</b> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p> <p><b>Моделировать</b> технику выполнения игровых действий в зависимости от</p>	<b>1,2,6,8</b>

<p>мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.  <i>Баскетбол:</i> специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.  <i>Волейбол:</i> подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.  <i>На материале кроссовой подготовки:</i> смешанные передвижения, бег с изменением направления и скорости.  <b>Общеразвивающие упражнения</b> из базовых видов спорта.</p>	<p>Общефизическая подготовка</p>				<p>изменения условий и двигательных задач.  <b>Принимать</b> адекватные решения в условиях игровой деятельности.  <b>Осваивать</b> универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.  <b>Проявлять</b> быстроту и ловкость во время подвижных игр.  <b>Соблюдать</b> дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.  <b>Описывать</b> разучиваемые технические действия из спортивных игр.  <b>Осваивать</b> технические действия из спортивных игр.  <b>Моделировать</b> технические действия в игровой деятельности.  <b>Взаимодействовать</b> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.  <b>Осваивать</b> универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.  <b>Выявлять</b> ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.  <b>Соблюдать</b> дисциплину и</p>	
---	----------------------------------	--	--	--	--	--

						правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. <b>Осваивать</b> умения выполнять универсальные физические упражнения. <b>Развивать</b> физические качества	
Итого:			102	102	102		

#### 4.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
<b>1.Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>			
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	1	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 1-4 классы.	1	
1.3	Рабочие программы по физической культур	1	
1.4	Учебник и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха.по физической культуре	15	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.5	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	1	В составе библиотечного фонда
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	1	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
<b>2 Демонстрационные печатные пособия</b>			
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	1	

2.2	Плакаты методические	1	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
<b>3 Экранно-звуковые пособия</b>			
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	1	
<b>4 Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</b>			
4.1	Щит баскетбольный игровой	2	
4.2	Щит баскетбольный тренировочный	4	
4.3	Стенка гимнастическая	10	
4.5	Скамейки гимнастические	15	
4.6	Стойки волейбольные	2	
4.7	Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола	2	
4.8	Бревно гимнастическое напольное	2	
4.9	Перекладина гимнастическая пристенная	1	
4.10	Канат для лазания	1	
4.11	Обручи гимнастические	20	
4.12	Комплект матов гимнастических	20	
4.13	Перекладина навесная универсальная	1	
4.14	Набор для подвижных игр	4	
4.15	Аптечка медицинская	1	
4.16	Спортивный туризм (палатки, рюкзаки, спальные мешки и др.)	10	
4.17	Стол для настольного тенниса	4	
4.18	Комплект для настольного тенниса	4	
4.19	Мячи футбольные	15	
4.20	Мячи баскетбольные	15	
4.21	Мячи волейбольные	15	
4.22	Сетка волейбольная	2	
4.23	Оборудование полосы препятствий	1	
<b>5 Спортивные залы (кабинеты)</b>			
5.1	Спортивный зал игровой (гимнастический)		С раздевалками для мальчиков и девочек

5.2	Кабинет учителя	1	Включает в себя: рабочий стол, стулья, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
5.3	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	1	Включает в себя стеллажи, контейнеры
<b>6 Пришкольный стадион (площадка)</b>			
6.1	Легкоатлетическая дорожка	4	
6.2	Сектор для прыжков в длину	1	
6.3	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	2	
6.4	Полоса препятствий	1	