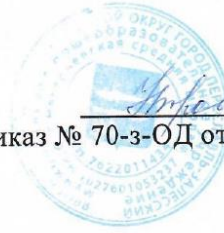


муниципальное общеобразовательное учреждение
Нагорьевская средняя школа

УТВЕРЖДЕНА
Директор
Воробьева Н.Н.
Приказ № 70-з-ОД от «30» августа 2023г.



**Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Подвижные игры»
в 4 классе**

Учитель:
Воробьев Николай Сергеевич
учитель физической культуры,
высшая квалификационная категория

2023-2024 уч. год

1. Пояснительная записка

Предмет: физическая культура

Класс: 4

Всего часов на изучение программы: 34 часа

Количество часов в неделю: 1 час

1.1. Статус программы

Внеурочная деятельность учащихся по физической культуре в 4 классе

- обеспечивает усвоение школьниками 4 классов государственного стандарта основного общего образования по физической культуре в 4 классах в редакции 2011г

- способствует развитию здоровья учащихся

- реализует принципы преемственности обучения физической культуры в основной школе

1.2. Назначение программы

- для обучающихся образовательная программа обеспечивает реализацию их права на информацию об образовательных услугах, права на выбор образовательных услуг и права на гарантию качества получаемых услуг;

- для педагогических работников МОУ Нагорьевской СШ программа определяет приоритеты в содержании образования и способствует интеграции и координации деятельности по реализации общего образования;

- категория обучающихся: учащиеся 4 классов МОУ Нагорьевской СШ

- сроки освоения программы: 1 год

1.3. Цель программы:

- освоение учащимися 4 классов основ физкультурной деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью.

1.4. Нормативные документы, обеспечивающие реализацию Программы

Рабочая программа составлена на основании документов:

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» № 1897 от 17.12.2010 г.

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации № 2080 от 24.12.2010г

- Федерального закона от 01.12.07 г. № 309-ФЗ (ст. 14. п. 5)

- Письма Министерства образования и науки Ярославской области от 21.07.2009 г. № 103/3404 «О разработке и утверждении рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) в общеобразовательных учреждениях»;

- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 г. № 1089;

- Приказа Министерства Образования и науки Российской Федерации от 24.12.2009 г. № 2080 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2011/2012 учебный год»;

- Закон РФ «О физической культуре и спорте» от 29.04.1999 № 80-ФЗ.

1.5. Учебно – методический комплекс

Класс: 4

Количество часов в неделю: 1

Программа	Учебники, учебные и методические пособия
------------------	-------------------------------------------------

Программа	Учебники, учебные и методические пособия
Г.А.Колодницкий В.С.Кузнецов М.В.Маслов Внеурочная деятельность учащихся	Колодницкий Г.А. кб1 Внеурочная деятельность учащихся, Баскетбол, футбол, лёгкая атлетика: пособие для учителей и методистов. – М.:Просвещение, 2011

1.6. Особенности программы

- Соотнесенность с базисным учебным планом общеобразовательных учреждений;
- Объемность и многообразие знаний, средств и форм физкультурной деятельности;
- Учебное содержание каждого из разделов программы излагаются в логике от общего к частному и от частного к конкретному.

1.7. Цели изучения курса

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (Умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Решая задачи физического воспитания, необходимо ориентировать свою деятельность на такие важные компоненты как воспитание ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности, формирование у учащихся потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения. Школьников необходимо учить способам творческого применения полученных знаний, умений и навыков для поддержания высокого уровня физической и умственной работоспособности, состояния здоровья, самостоятельных занятий.

Задачи физического воспитания учащихся 4 классов:

Решение задач физического воспитания учащихся направлено на:

- содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.
- содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;

- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической само регуляции.

2. Содержание программы курса физкультуры в 4 классах.

При разработке рабочей программы учитывались приёмы нормативов «Президентских состязаний», а так же участие школы в территориальной Спартакиаде по традиционным видам спорта (баскетбол, волейбол, лёгкая атлетика,).

Содержание данной рабочей программы при одном учебном уроке в неделю основного общего и среднего (полного) образования по физической культуре направлено в первую очередь на выполнение федерального компонента государственного стандарта образования по физической культуре и, соответственно, на выполнение базовой части комплексной программы по физической культуре.

Освоение базовых основ физической культуры объективно необходимо и обязательно для каждого ученика. Без базового компонента невозможна успешная адаптация к жизни в человеческом обществе и эффективное осуществление трудовой деятельности независимо от того, чем бы хотел молодой человек заниматься в будущем.

3. Требования к уровню подготовки учащихся 4 классов по физической культуре.

Результаты освоения программного материала по предмету “Физическая культура” в 4 классе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа “общее – частное – конкретное”, и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета “Физическая культура”.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения физической культуры, отражают:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- в формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;

- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

Метапредметные результаты характеризуют сформированность универсальных компетенций, проявляющихся в применении накопленных знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Метапредметные результаты отражаются прежде всего в универсальных умениях, необходимых каждому учащемуся и каждому современному человеку. Это:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета “Физическая культура”. Предметные результаты отражают:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические

нагрузки для самостоятельных систематических занятий с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма;

- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий, физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	мальчики	девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с	9,2	10,2
Силовые	Лазанье по канату на расстояние 6 м, с	12	—
	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, кол-во раз	—	18
К выносливости	Кроссовый бег 2 км	8 мин 50 с	10 мин 20 с
К координации	Последовательное выполнение пяти кувыркков, с	10,0	14,0
	Бросок малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

Двигательные умения, навыки и способности

В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в ранномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки);

В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам).

Физическая подготовленность: должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей (табл. 8), с учетом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

Способы фазкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений.

Способы спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырехборью: бег 60 м, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта.

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную

физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Уровень физической культуры, связанный с региональными и национальными особенностями, определяют региональные и местные органы управления физическим воспитанием. Уровень физической культуры других составляющих вариативной части (материал по выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта) разрабатывает и определяет учитель.

4. Распределение учебного времени на различные виды программного материала

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		4
1.	Базовая часть	34
1.1	Основы знаний о физической культуре	в процессе урока
1.2	Спортивные игры (баскетбол)	7
1.3	Спортивные игры (футбол)	12
1.4	Легкая атлетика	12
1.5	Спортивные игры (волейбол)	3

№ уроков	Разделы	Количество часов
1-12	Легкая атлетика	12
13-19	Спортивные игры (баскетбол)	7
20-22	Спортивные игры (волейбол)	3
23-34	Спортивные игры (футбол)	12

4. Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 4 классов –1 час в неделю.

Количество: 34 ч.

Формы контроля: тестирование - 5 тестов

фронтальный опрос - 2

контрольные нормативы - 5

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ПО, ЦОР, учебного оборудования
1	I четверть	Подвижные игры для развития координации движений, ловкости. Игра «Мышеловка».	Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной игровой деятельности. Соблюдают правила безопасности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр.		Свисток
2	I четверть	Подвижные игры на внимание и развитие координации движений. Игра «Разведчики и часовые».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Свисток
3	I четверть	Развитие гибкости, координации движений.	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении	Контрольное упражнение на координацию	Свисток

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, ПО, учебного оборудования
		Подвижная игра «Веревочка под ногами»	подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	движений.	
4	I четверть	Развитие скоростных способностей. Подвижные игры «Невод», «Заяц, сторож, Жучка».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Свисток

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, оборудования	ПО, учебного
			игр.			
5	I четверть	Развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование навыков бега, навыков в прыжках. Подвижные игры «Прыгуны и пятнашки», «Пустое место».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			Свисток
6	I четверть	Развитие скоростно-силовых способностей. Совершенствование навыков бега. Подвижные игры «Белые медведи», «Западня».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Контрольное упражнение на определение уровня развития скоростных способностей.		Свисток

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, оборудования	ПО, учебного
			Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			
7	I четверть	Развитие способностей к ориентированию в пространстве, скоростно-силовых способностей. Игры «Самый меткий», «Космонавты».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Контрольное упражнение на определение уровня развития силовых способностей.	Свисток	
8	I четверть	Развитие способностей к ориентированию в пространстве, скоростно-силовых способностей.	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают	Контрольное упражнение на развитие способностей к ориентированию в	Свисток	

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, ПО, учебного оборудования
		Подвижные игры «Эстафета зверей», «Волк во рву».	<p>двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</p> <p>Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p>	пространстве.	
9	I четверть	Закрепление и совершенствование навыков в прыжках. Подвижные игры «Кузнечики», «Прыгуны и пятнашки».	<p>Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</p> <p>Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и</p>		Свисток

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ПО, ЦОР, учебного оборудования
			правила техники безопасности во время подвижных игр.		
10	I четверть	Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность. Подвижные игры «Подвижная цель», «Быстро и точно».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Малые мячи, мишень для попадания в цель
11	II четверть	Подвижные игры с гимнастическими предметами (скакалками, гимнастическими палками). Развитие гибкости, координации. Игра «Веровочка под ногами».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от		Свисток, гимнастические маты, гимнастические скамейки, скакалки, гимнастические палки.

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, ПО, учебного оборудования
			изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		
12	II четверть	Эстафеты с обручами. Развитие скоростных качеств, координации движений. Игра «Эстафета зверей».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Контроль уровня развития гибкости и координации.	Свисток, гимнастические маты, гимнастические скамейки, скакалки, обручи.
13	III четверть	Овладение элементарными умениями в ловле и бросках, в ловле и передаче мяча на	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия	Контроль умений в ловле, бросках и передаче мяча.	Малые мячи, обручи

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, оборудования	ПО, учебного
		месте и в движении в квадратах, кругах. Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Снайперы».	проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			
14	III четверть	Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча на месте. Ведение мяча на месте с высоким отскоком. Игра «Овладей мячом».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Баскетбольные мячи для мини-игры	
15	III четверть	Подвижные игры на основе баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте со средним отскоком. Игра «Гонка мячей».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Баскетбольные мячи для мини-игры	
16	III четверть	Подвижные игры на основе баскетбола. Ведение мяча на	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при	Контроль техники выполнения	Баскетбольные мячи для мини-игры	ведения

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ПО, ЦОР, учебного оборудования
		месте с низким отскоком. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Подвижная игра «Вызови по имени».	выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	баскетбольного мяча в движении.	
17	III четверть	Броски в цель (корзину). Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Подвижные игры «Борьба за мяч», «Игры с ведением мяча».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Описывают упрощенные правила игры. Овладевают элементарными технико-тактическими взаимодействиями в баскетболе. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Баскетбольные мячи для мини-игры, цель для бросков
18	III четверть	Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Подвижная игра «Мини-баскетбол».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Описывают упрощенные правила игры. Овладевают элементарными технико-тактическими взаимодействиями в баскетболе. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Баскетбольные мячи для мини-игры, цель для бросков
19	IV четверть	Закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность. Подвижные игры «Мяч ловцу», «Салки с мячом».	Осваивают универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. Излагают правила и условия проведения подвижных игр. Осваивают двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в		Малые мячи, мишень для попадания в цель

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ЦОР, оборудования	ПО, учебного
			подвижных играх. Моделируют технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимают адекватное решение в условиях игровой деятельности. Осваивают универсальные умения управлять эмоциями в процессе игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			
20	IV четверть	Подвижные игры на основе волейбола. Прием и передача мяча в волейболе. Подвижная игра «Перестрелка».	Осваивают технические действия в волейболе. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			Волейбольные мячи
21	IV четверть	Подвижные игры на основе волейбола. Эстафеты с мячами. Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями.	Описывают упрощенные правила игры в волейболе. Овладевают элементарными технико-тактическими взаимодействиями в волейболе. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			Волейбольные мячи
22	IV четверть	Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Вариант игры в мини-волейбол.	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.			Свисток, мячи

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ПО, ЦОР, учебного оборудования
23	IV четверть	Подвижные игры на основе футбола. Перемещения приставными и скрестными шагами. Комплексные упражнения с различными вариантами перемещения. Ведение мяча попеременно ведущей и неведущей ногой с изменением направления движения..Подвижная игра «Не упусти мяч», «Не пропусти».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Контроль техники перемещений с мячом.	Футбольные мячи, разметочные флажки
24		Комплексные упражнения с различными вариантами перемещения	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр	Контроль техники перемещений с мячом.	Футбольные мячи, разметочные флажки
25		Ведение мяча попеременно ведущей и неведущей ногой	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр	Контроль техники перемещений с мячом.	Футбольные мячи, разметочные флажки
26		.Подвижная игра «Не упусти мяч», «Не пропусти».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ПО, ЦОР, учебного оборудования
27		Ведение мяча попеременно ведущей и неведущей ногой с изменением направления движения..	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки
28		Подвижная игра «Не упусти мяч», «Не пропусти».	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки
29		Передачи мяча и удары	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки
30		Передачи мяча и удары	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки
31		Упражнения с перемещением, ведением, передачами мяча и ударами.	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки
32		Упражнения с перемещением, ведением.	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при		Футбольные мячи, разметочные флажки

№ урока	Дата урока	Тема урока	Характеристика деятельности обучающихся	Форма контроля	Использование ПО, ЦОР, учебного оборудования
			выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		
33		Упражнения с перемещением.	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, разметочные флажки
34	IV четверть	Подвижные игры на основе футбола. Комплексные упражнения с перемещением, ведением, передачами мяча и ударами. Овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями. Вариант игры в футбол.	Осваивают технические действия из спортивных игр. Взаимодействуют в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.		Футбольные мячи, футбольные ворота, разметочные флажки

4. Характеристика контрольно-измерительных материалов. Критерии оценивания.

Критериями оценки по физической культуре являются качественные и количественные показатели. Качественные показатели – степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности и др. Количественным показателем является положительная динамика физической подготовленности, складывающаяся обычно из показателей развития основных физических способностей.

В отношении качественных показателей при оценке знаний учащихся по предмету «Физическая культура» надо учитывать их глубину, полноту, аргументированность, умение использовать применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

Оценка техники владения двигательными действиями и навыками осуществляется по следующим примерным критериям:

«5» – двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко; учащиеся по заданию учителя используют его в нестандартных условиях;

«4» – двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений;

«3» – двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

«2» – двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечетко.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что учащиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что учащимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных учащихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

По основам знаний.

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.

Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и веером ответов на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении и позволяет осуществлять опрос фронтально.

Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы учащиеся сопровождают выполнением конкретного комплекса и т.п.

По уровню физической подготовленности.

Оценивая уровень физической подготовленности, следует принимать во внимание реальные сдвиги учащихся в показателях физической подготовленности за определенный период времени. При оценке сдвигов в показателях развития определенных физических качеств учитель

должен принимать во внимание особенности развития двигательных способностей, динамику их изменения у детей определенного возраста, исходный уровень достижений конкретных учащихся. При прогнозировании прироста скоростных способностей, являющихся наиболее консервативными в развитии, не следует планировать больших сдвигов. Напротив, при прогнозировании показателей выносливости в беге умеренной интенсивности, а также силовой выносливости темпы прироста могут быть довольно высокими.

При оценке темпов прироста на отметку «5», «4», «3» учитель должен исходить из вышеприведенных аргументов, поскольку в каждом конкретном случае прогнозирование этих темпов осуществить невозможно. Задания учителя по улучшению показателей физической подготовленности должны представлять для учащихся определенную трудность, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления учащимся высокой оценки.

Итоговая оценка успеваемости по физической культуре складывается из суммы баллов, полученных учащимся за все составляющие: знания, двигательные умения и навыки, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, сдвиги в показателях физической подготовленности. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, оцениваются по овладению ими разделом «Основы знаний», умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и доступные им двигательные действия.

Контрольные нормативы для учащихся 4 класса

		4 класс		
		3	4	5
Прыжок в длину с места	М	150	160	170
	Д	145	150	160
Прыжок в высоту	М	90	100	110
	Д	85	90	100
Метание мяча	М	24	27	30
	Д	16	18	20
Скакалка 20 сек., 30 сек. - 9кл.	М	38	40	42
	Д	40	42	44
30 м.	М	6,4	5,8	5,2
	Д	6,8	6,0	5,4

60 м.	М	11,1	10,6	10,1
	Д	11,5	11,0	10,5
1.5 км.-	М	9,20	9,00	8,30
	Д	10,10	9,50	9,30

Федеральный перечень учебников

№ п/п	Авторы, название учебника	Класс	Издательство
1	Матвеев А.П. Физическая культура	4	Просвещение
2	Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. Физическая культура	1-4	Просвещение

СПИСОК ИНФОРМАЦИОННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. <http://mon.gov.ru/work/obr/dok/obs/6652/>
2. <http://www.ed.gov.ru/ob-edu/noc/rub/standart>.
3. Учебник: М.Я. Виленского «Физическая культура 1-4 класс», 2011г.
4. В.И. Лях «Тестовый контроль», 2009г.
5. Внеурочная деятельность учащихся. Баскетбол, волейбол, лёгкая атлетика 2011.
6. <http://streetball.by>