Приложение 5

к ООП НОО

МБОУ «СОШ №30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ

ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 30

ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.А. АМАТУНИ»

МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ

РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНА

Заместитель директора по УВР приказ

МБОУ «СОШ №30 им. А.А. Аматуни» МБОУ «СОШ №30 им. А.А. Аматуни»

Н.В. Москаленко\_\_\_\_\_\_\_ от « » августа 2022г. №

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2022г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по физической культуре

для 1-К класса

Количество часов в неделю - 2 часа, количество часов за год – 66 часов

Уровень - базовый

Учитель: Петров Анатолий Владимирович (специалист)

РАССМОТРЕНО

школьное методическое объединение учителей

физической культуры

(протокол от «24»августа 2022 г. №\_2 )

г. Симферополь, 2022 год

**Пояснительная записка**

Данная программа разработана и составлена в соответствии с обновленным Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 № 286. На основе «Региональной комплексной программы по физическому воспитанию 1-11кл». Согласно Федеральному перечню учебников к использованию в образовательной деятельности (Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014 г. №253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых, к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию общеобразовательных программ НОО. Изучение физической культуры в Республике Крым осуществляется по учебникам, внесённым в федеральный перечень: В.И. Ляха 1-4 классов (авторы В.И. Лях, М.: Просвещение, 2014).

Процесс обучения должен реализовываться в соответствии со нижеуказанными нормативными и распорядительными документами. Федеральные документы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с изменениями);

3. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (с изменениями);

4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115).

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Указ Президента Российской Федерации от 24.03.2014 № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»: https://www.gto.ru/document.

7. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 №540 (в ред. Постановления Правительства РФ от 30.12.2015 № 1508) Положение о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО).

8. Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утверждена 24.12.2018 на коллегии Министерства просвещения Российской Федерации).

Региональные документы

1. Закон Республики Крым от 06.07.2015 №131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;

***Целью*** школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных

***задач:***

• укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;

• формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;

• овладение школой движений;

• развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;

• формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;

• выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;

• формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;

• приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;

• воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

**Место учебного предмета/учебного курса/учебного модуля в учебном плане школы.**

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в начальной школе в 1 классе отводится 66 часов. (2 часав неделю , 34 учебных недели);

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Требования к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, структурируются по ключевым задачам общего образования, отражают индивидуальные, общественные и государственные потребности и включают:

**Личностные результаты** освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности

• воспитание ценностного отношения к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене

• формирование уважительного отношения к культуре дру­гих народов;

• представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе

• стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;

• оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

• Воспитание познавательных мотивов, направленных на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития

• осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

• экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку

• ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей

**Метапредметные результаты**

•ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях; — выявлять признаки положительного влияния занятий физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия

• устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эф­фективные способы достижения результата;

• самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинацию упражнений для утренней гимнастики с индивидуальным дозированием физических упражнений.

• формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, готовность конструктивно разрешать конфликты посред­ством учёта интересов сторон и сотрудничества;

• использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач овладение начальными сведениями о сущности и особен­ностях объектов, процессов и явлений действительности в со­ответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

• вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;

**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 здоровье сберегающую 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 (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Тематическое распределение часов в 1классе**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Вид программного материала | Количество часов (уроков) | | | |
| Класс | | | |
| I | II | III | IV |
| 1 | Базовая часть | 54 | 78 | 78 | 78 |
| 1.1 | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока | | | |
| 1.2 | Подвижные игры | 20 | 18 | 18 | 18 |
| 1.3 | Гимнастика с элементами акробатики | 16 | 18 | 18 | 18 |
| 1.4 | Легкоатлетические упражнения | 10 | 21 | 21 | 21 |
| 1.5 | Кроссовая подготовка | 8 | 21 | 21 | 21 |
| 2 | Вариативная часть | 12 | 24 | 24 | 24 |
| 2.1 | Подвижные игры с элементами спортивных игр | 12 | 24 | 24 | 24 |
|  | Итого | 66 | 102 | 102 | 102 |

**Учебно – тематический план по физической культуре 1 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование раздела**  **и модулей** |  | **Часы** | **Практическая часть** |  |
| **Модуль рабочей программы воспитания «Школьный урок»** | **Учебные нормативы** | **Электронные учебно-методические материалы** |
| **1.** | Раздел: физкультурно- оздоровительная деятельность | Воспитание готовности проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Республике Крым и в Российской Федерации | **66 ч** |  | РЭШ  ТБ на уроках физкультуры |
| 1.1 | Модуль: Легкоатлетические упражнения | Гордиться победами выдающихся спортсменов-олимпийцев | 10 |  | Электронное приложение к учебнику Лях В.И. Физическая культура 1-4 кл. стр. 96-112 |
| 1.2 | Модуль: подвижные игры | Всемирный день иммунитета | 20 |  | Электронное приложение к учебнику Лях В.И. Физическая культура 1-4 кл. стр. 135-144 |
| 1.3 | Модуль: гимнастика с элемептами акробатики | Екатерина Серебрянская Олимпийская чемпионка по художественной гимнастике – гордость Республики Крым | 16 |  | Электронное приложение к учебнику Лях В.И. Физическая культура 1-4 кл. стр. 135-144 |
| 1.4 | Модуль кроссовая подготовка | Всемирный день здоровья | 8 |  | РЭШ кроссовая подготовка |
| 1.5 | Модуль: подвижные игры с элементами спортивных игр | Гордиться победами выдающихся спортсменов-олимпийцев | 12 |  | РЭШ  Модуль футбол  Модуль волейбол  Модуль баскетбол |
| **Всего** | |  | **66** |  |  |

**Содержание учебного предмета 1 класс (66 ч)**

**1. Основы знаний о физической культуре:** Роль и значение занятий физической культуры и поддержание хорошего здоровья для успешной учебы. Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно-сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

**2.Физкультурно -оздоровительная деятельность.**

**Гимнастика с элементами акробатики**: Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд, перестроения.

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

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. . Все виды складок, упражнения на мышцы брюшного пресса, прыжки на скакалке.

**Легкоатлетические упражнения:.** 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; прыжок в длину с места; спрыгивание и запрыгивание; метание метбола из-за головы 1кг. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

**Кроссовая подготовка.**Разновидность ходьбы и бега, эстафеты, кросс по слабопересечённой местности.

**Подвижные игры:** знать правила игр: «Пятнашки», «Выбивала» , «Собачка», «Третий лишний», «Вызов номеров», «Найди свое место», «Рыбалка», «Змейка, «Снайпер», «День и ночь», эстафеты , «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

**Подвижные игры с элементами спортивных игр**

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; передачи мяча, вбрасывание аута, знание правил игры .Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; все виды передач, подвижные игры , эстафеты.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; ловля и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

**Календарно - тематическое планирование** **1 класс**

**2 часа в неделю, всего 66 часов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование раздела, темы** | **Количество часов** | **Класс** | **Дата проведения** | | **Электронные учебно-методические материалы** | **Примечание** |
| **по**  **плану** | **по**  **факту** |
| **Раздел: физкультурно -оздоровительная деятельность.** | | **66ч** |  | | | |  |
| **Модуль: легкоатлетические упражнения** | | **10ч** |
| **1** | Первичный инструктаж 53-фк. Инструктаж ТБ 60-фк, 61-фк. №\_57-фк\_по легкой атлетики. Когда и как возникли физическая культура и спорт. Разновидность бега. Подвижная игра. | 1 | 1к | 01.09 |  |  |  |
| **2** | ТБ. Обычный бег. Ходьба под счет. Эстафеты. Понятие «короткая дистанция». Бег с ускорением 10-15м. Подвижная игра. | 1 | 1к | 05.09 |  |  |  |
| **3** | ТБ. ОРУ. Разновидности ходьбы. Обычный бег в чередовании с ходьбой до *150 м.* Подвижная игра. Что такое физическая культура. | 1 | 1к | 08.09 |  | [техника бега в равномерном темпе](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=1930864434270323875&text=Техника+бега+в+равномерном+темпе) |  |
| **4** | ТБ. ОРУ. Разновидности ходьбы, челночный бег 3 × 10 м, Подвижная игра. Роль и значение занятий физической культурой. | 1 | 1к | 12.09 |  |  |  |
| **5** | ТБ. Разновидность прыжков. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра. Твой организм (основные части тела человека) | 1 | 1к | 15.09 |  |  |  |
| **6** | ТБ. Прыжок в длину с места., по разметкам. ОРУ. Подвижная игра. Твой организм (основные внутренние органы) | 1 | 1к | 19.09 |  |  |  |
| **7** | ТБ. Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжок в длину с места. ОРУ. Подвижная игра. Твой организм (скелет, мышцы, осанка) | 1 | 1к | 22.09 |  | [прыжок в длину с места](https://yandex.ru/video/preview/?text=прыжок%20в%20длину%20с%20места&path=yandex_search&parent-reqid=1653388807997939-10167207459366501552-vla1-4640-vla-l7-balancer-8080-BAL-2975&from_type=vast&filmId=15051123491118945317) |  |
| **8** | ТБ. ОРУ. Метание малого мяча. Подвижная игра. Сердце кровеносные сосуды. | 1 | 1к | 26.09 |  |  |  |
| **9** | ТБ. ОРУ. Метание малого мяча вертикальную цель (2 × 2 м). Подвижная игра. Развитие скоростно-силовых способностей. Сердце кровеносные сосуды. | 1 | 1к | 29.09 |  |  |  |
| **10** | ТБ. ОРУ. Метание малого мяча на заданное расстояние. Подвижная игра. Органы чувств. | 1 | 1к | 03.10 |  | [техника метания малого мяча с места на дальность](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6362526622319957449&text=техника+метания+малого+мяча+с+места+на+дальность&t=53&source=fragment) |  |
| **Модуль: кроссовая подготовка** | | **8ч** |  | | | |  |  |  |
| **11** | Инструктаж ТБ 60-фк, 61-фк. № 57/1-фк по кроссовой подготовке. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра. | 1 | 1к | 06.10 |  |  |  |
| **12** | ТБ. ОРУ. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра. Личная гигиена. | 1 | 1к | 10.10 |  |  |  |
| **13** | ТБ. Чередование ходьбы, бега (бег 50 м, ходьба 100 м). Подвижная игра. ОРУ. Личная гигиена. | 1 | 1к | 13.10 |  |  |  |
| **14** | ТБ. ОРУ. Бег с ускорением на расстояние 30м.Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра. Понятие *дистанция.* Закаливание. | 1 | 1к | 17.10 |  |  |  |
| **15** | ТБ. Равномерный бег 2 мин. Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра. ОРУ. Понятие *дистанция.* Мозг и нервная система. | 1 | 1к | 20.10 |  |  |  |
| **16** | ТБ. ОРУ. Бег из различных и. п. с максимальной скоростью и с изменением скорости. Понятие *скорость бега.* Мозг и нервная система. | 1 | 1к | 24.10 |  |  |  |
| **17** | ТБ. ОРУ. Разновидность бега. Эстафеты. Подвижная игра. Органы дыхания. | 1 | 1к | 27.10 |  |  |  |
| **18** | ТБ. Чередование ходьбы, бега. ОРУ. Кросс по слабопересечённой местности. Подвижная игра. Органы дыхания. | 1 | 1к | 07.11 |  | [бег по пересеченной местности, преодоление препятствий](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3217531810910015277&text=Бег+по+пересеченной+местности%2C+преодоление+препятствий) |  |
| **Модуль: гимнастика с элементами акробатики** | | **16ч** |  | | | |  |  |  |
| **19** | Инструктаж ТБ № 56-фк по гимнастике. Строевая подготовка. ОРУ. группировка; перекаты в группировке. Игра. Вода и питьевой режим. | **1** | 1к | 10.11 |  |  |  |
| **20** | ТБ. Строевая подготовка. ОРУ. Перекаты в группировке из присев. Игра. Вода и питьевой режим. | **1** | 1к | 14.11 |  | [прыжок в длину с места](https://yandex.ru/video/preview/?text=прыжок%20в%20длину%20с%20места&path=yandex_search&parent-reqid=1653388807997939-10167207459366501552-vla1-4640-vla-l7-balancer-8080-BAL-2975&from_type=vast&filmId=15051123491118945317) [обучение+перекатам+в+группировке+1+класс](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=16307577409400116033&from=tabbar&p=1&text=обучение+перекатам+в+группировке+1+класс) |  |
| **21** | ТБ. Строевая подготовка. ОРУ. Перекаты в группировке из присев, стойка на лопатках . Игра. Вода и питьевой режим. | **1** | 1к | 17.11 |  |  |  |
| **22** | ТБ. ОРУ. Кувырок вперёд; стойка на лопатках согнув ноги. Построение в колону по одному, в две и в три. Игра. Тренировка ума и характера. | **1** | 1к | 21.11 |  |  |  |
| **23** | ТБ. Строевая подготовка. ОРУ, «мост» из положения лёжа. Игра. Тренировка ума и характера. | **1** | 1к | 24.11 |  |  |  |
| **24** | ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Кувырок вперёд, «мост» из положения лёжа. Игра. Спортивная одежда и обувь. | **1** | 1к | 28.11 |  | [обучение+кувырка+вперед+1+класс](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=18267906842374813895&text=обучение+кувырка+вперед+1+класс) [обучение+мост+из+положения+лежа+1+класс](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=3172967206085255191&suggest_reqid=354723674159903281448491131248039&text=обучение+мост+из+положения+лежа+1+класс) |  |
| **25** | ТБ. Строевая подготовка .ОРУ. Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи. Подвижная игра. Самоконтроль. | **1** | 1к | 01.12 |  |  |  |
| **26** | ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Все виды складок, полушпагат . Игра. Самоконтроль. | **1** | 1к | 05.12 |  |  |  |
| **27** | ТБ. Подтягивание в висе лёжа . Все виды складок, полушпагат . ОРУ.. Игра. Самоконтроль. | **1** | 1к | 08.12 |  |  |  |
| **28** | ТБ. ОРУ. Обучение прыжкам на скакалке. Строевая подготовка. Подвижная игра. Самоконтроль. | **1** | 1к | 12.12 |  |  |  |
| **29** | ТБ. ОРУ. Обучение прыжкам на скакалке. Строевая подготовка. Подвижная игра. Самоконтроль. | **1** | 1к | 15.12 |  | [обучение+прыжкам+на+скакалке](https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15322963475797321062&suggest_reqid=354723674159903281450065195684886&text=обучение+прыжкам+на+скакалке) |  |
| **30** | ТБ. Ходьба по гимнастической скамейке. ОРУ. Строевая подготовка. Игра. Первая помощь при травмах. | **1** | 1к | 19.12 |  |  |  |
| **31** | ТБ. ОРУ. Лазанье по гимнастической стенке. Игра. Подвижная игра. | **1** | 1к | 22.12 |  |  |  |
| **32** | ТБ. Подтягивание лёжа на животе по скамейке; ОРУ. Игра. Подвижная игра. | **1** | 1к | 26.12 |  |  |  |
| **33** | ТБ. Упражнения на мышцы брюшного пресса. ОРУ. Подвижная игра. | **1** | 1к | 29.12 |  |  |  |
| **34** | Повторный инструктаж № 53-фк.ТБ. Лазанье по шведской стенке . В висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых ног. ОРУ. Подвижная игра. | **1** | 1к | 09.01 |  |  |  |
| **Модуль: Подвижные игры** | | **20ч** |  | | | |  |  |  |
| **35** | Инструктаж ТБ № 61-фк по подвижным играм. ОРУ. Названия и правила игр, инвентарь, оборудование, организация, правила поведения и безопасности. Подвижные игры. Эстафеты. | **1** | 1к | 12.01 |  |  |  |
| **36** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Утренняя зарядка и её влияние на самочувствие и работоспособность человека. | **1** | 1к | 16.01 |  |  |  |
| **37** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Требования к одежде и обуви для занятий спортом | **1** | 1к | 19.01 |  |  |  |
| **38** | ТБ. ОРУ в движении. Строевая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты. | **1** | 1к | 23.01 |  |  |  |
| **39** | ТБ. Строевая подготовка .ОРУ в движении. Подвижные игры. Эстафеты. | **1** | 1к | 26.01 |  |  |  |
| **40** | ТБ. ОРУ с предметом. Строевая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты. | **1** | 1к | 30.01 |  |  |  |
| **41** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Важность физических упражнений для укрепления мышц живота и работы кишечника. | **1** | 1к | 02.02 |  |  |  |
| **42** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Первая помощь при травмах. | **1** | 1к | 06.02 |  |  |  |
| **43** | ТБ. ОРУ в движении. Эстафеты. Подвижные игры. Тренировка ума и характера. | **1** | 1к | 09.02 |  |  |  |
| **44** | ТБ. ОРУ в движении. Эстафеты. Подвижные игры. Вода и питьевой режим. | **1** | 1к | 13.02 |  |  |  |
| **45** | ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты. | **1** | 1к | 16.02 |  |  |  |
| **46** | ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Эстафеты. Подвижные игры. | **1** | 1к | 27.02 |  |  |  |
| **47** | ТБ. Строевая подготовка. ОРУ в движении. Игры. Эстафеты. | **1** | 1к | 02.03 |  |  |  |
| **48** | Повторный инструктаж № 53-фк. ОРУ в движении. Подвижные игры. Эстафеты. Строевая подготовка. | **1** | 1к | 06.03 |  |  |  |
| **49** | ТБ. ОРУ. Эстафеты. Подвижные игры. Понятие о физическом состоянии как уровне физического развития. | **1** | 1к | 09.03 |  |  |  |
| **50** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры. Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями. | **1** | 1к | 13.03 |  |  |  |
| **51** | ТБ. ОРУ. Эстафеты. Игры. Физические упражнения и подвижные игры на укрепления здоровья. | **1** | 1к | 16.03 |  |  |  |
| **52** | ТБ. ОРУ в движении. Строевая подготовка. Эстафеты. Подвижные игры. | **1** | 1к | 27.03 |  |  |  |
| **53** | ТБ. ОРУ. Строевая подготовка. Подвижные игры. Эстафеты. Самоконтроль. | **1** | 1к | 30.03 |  |  |  |
| **54** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры. Эстафеты. Самоконтроль. | **1** | 1к | 03.04 |  |  |  |
| **Модуль: Подвижные игры с элементами спортивных игр.** | | **12ч** |  | | | |  |  |  |
| **55** | Инструктаж ТБ № 54- фк по баскетболу. ОРУ. Подвижные игры с элементами баскетбола. | **1** | 1к | 06.04 |  |  |  |
| **56** | ТБ. ОРУ. Эстафеты. Подвижные игры с элементами баскетбола. Травмы, которые можно получить при занятиях физическими упражнениями. | **1** | 1к | 10.04 |  |  |  |
| **57** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры с элементами баскетбола. Ловля и передача мяча, подбрасывание и ловля мяча. Эстафеты. | **1** | 1к | 13.04 |  |  |  |
| **58** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры с элементами баскетбола. Ловля и передача мяча в движении. Эстафеты. | **1** | 1к | 20.04 |  |  |  |
| **59** | Инструктаж ТБ № 55- фк по волейболу. ОРУ. Подвижные игры с элементами волейбола. | **1** | 1к | 24.04 |  |  |  |
| **60** | ТБ. ОРУ. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола. Подбрасывание и ловля мяча. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 1к | 27.04 |  |  |  |
| **61** | ТБ. ОРУ. Эстафеты. Подвижные игры с элементами волейбола. Подбрасывание и ловля мяча, передачи мяча из-за головы. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 1к | 04.05 |  |  |  |
| **62** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры с элементами волейбола. Подбрасывание и ловля мяча. Передачи через сетку. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 1к | 06.05 |  |  |  |
| **63** | Инструктаж ТБ № 58- фк по футболу. ОРУ. Подвижные игры с элементами футбола. Ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы. | **1** | 1к | 11.05 |  |  |  |
| **64** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры с элементами футбола. Ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы. Остановка мяча стопой сверху. | **1** | 1к | 15.05 |  |  |  |
| **65** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры с элементами футбола. Ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы. Обводка предметов. | **1** | 1к | 18.05 |  |  |  |
| **66** | ТБ. ОРУ. Подвижные игры с элементами футбола. Ведение мяча, передачи мяча внутренней стороной стопы. Удары по воротам с места , с 1-2 шагов. | **1** | 1к | 22.05 |  |  |  |

Даты в календарно-тематическом планировании проставлены с учетом региональных и федеральных праздников при этом содержание учебного материала выполняется в полном объеме.

**Аннотация рабочей программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название рабочей программы** | **Срок, на который разработана рабочая программа** | **Краткая характеристика программы** |
| «Региональной комплексной программы по физическому воспитанию 1-11кл». | Программа разработана на 1 год; 2 часа в неделю, всего 66 часов | Составлена на основе:  - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012года;  - Учебного плана МБОУ «СОШ №30 им. А.А. Аматуни» г. Симферополя на 2022/2023 учебный год;  «Региональной комплексной программы по физическому воспитанию 1-11кл».  Согласно Федеральному перечню учебников к использованию в образовательной деятельности (Приказ Министерства образования и науки РФ от 31.03.2014 г. №253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых, к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию общеобразовательных программ НОО. Изучение физической культуры в Республике Крым осуществляется по учебникам, внесённым в федеральный перечень: В.И. Ляха 1-4 классов (авторы В.И. Лях, М.: Просвещение, 2014). |