

Выписка  
из основной образовательной программы  
начального общего образования

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Гимназия №2»**

**Рабочая программа  
по физической культуре (подвижные игры)  
для 4 класса  
на 2022- 2023 учебный год**

**Нижевартовск**

**СОДЕРЖАНИЕ.**

1. Предметные результаты освоения курса.
2. Содержание программы.
3. Календарно - тематическое планирование.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО, на основе программы по физической культуре под редакцией Т.В. Петровой, Ю.А.Копылова, Н.В.Полянской, С.С. Петрова программы «Физическая культура», «Вента-Граф», Москва 2012год, обеспечена УМК «Начальная школа XXI века».

## **I. ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ)**

Программа для обучающихся 4-х классов подготовлены в соответствии с Концепцией физического воспитания, что позволяет реализовать все заложенные в них требования к обучению учащихся в начальной школе.

### **Предметные результаты:**

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА (34 ч)**

### **Русские народные игры.**

Зарождение и развитие игр русского народа. Связь подвижных игр с трудовой и военной деятельностью. История подвижных игр на Руси. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями русского народа.

### **Игры народов России.**

Зарождение и развитие игр народов России. Связь подвижных игр с трудовой и военной деятельностью. История подвижных игр народов России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народов России.

**Подвижные игры и эстафеты**(на свежем воздухе и в помещении).

### III. КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Русские народные игры	19 ч
2	Эстафеты	8 ч
3	Игры народов России.	7 ч

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Цели и задачи урока	Универсальные учебные действия				Дата
					Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные	Предметные	
1.	ТБ на уроке. Подвижные игры. «Ловишка».	1	Вводный	Ознакомить детей с новыми народными играми.	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	.09

2.	Подвижные игры. «Прерванные пятнашки».	1	Изучение нового материала	Познакомить с игрой.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	.09
3.	Подвижные игры. «Гуси-лебеди».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.09
4.	Подвижные игры. «Горелки».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.09
5.	Подвижные игры.	1	Комбинированный	Познакомить	Вносить	Уметь следовать	Строить понятные	Объяснение в	.10

	«Колдунчики».		рованны й	с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	
6.	Подвижные игры. «Мышеловка.»	1	Комбини рованны й	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.10
7.	Подвижные игры. «Шмель».	1	Комбини рованны й	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	.10

8.	Подвижные игры. «Волк во рву».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.10
9.	Обобщение по теме: «Игры на совершенствование навыков бега».	1	Обобщение и закрепление.	Закрепить правила по ТБ, правила изучаемых игр; проведение подвижных игр; знания русских народных традициях.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	.11
10.	Русская народная игра «Птицелов».	1	Вводный	Познакомить с народными играми.	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.11

							взаимодействии.		
11.	Русская народная игра «Гори, гори ясно!»	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	.11
12.	Башкирские народные игры «Юрта», «Медный пень».	1	Изучение нового материала	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывая, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.11
13.	Бурятская народная игра «Ищем палочку».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.12

							взаимодействии.		
14.	Дагестанские народные игры «Выбей из круга», «Подними платок».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.12
15.	Марийская народная игра «Катание мяча».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывая, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего действия.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.12
16.	Обобщающий урок по теме: «Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках».	1	Обобщение и закрепление	Закрепить правила по ТБ, правила изучаемых игр; проведение подвижных игр; знания о странах, из которых они	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.12

				пришли.			общении и взаимодействии.		
17.	Якутские народные игры «Сокол и лиса», «Пятнашки».	1	Вводный	Познакомить с играми народов России.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	.01
18.	Чувашская игра «Рыбки».	1	Комбинированной	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
19.	Татарская народная игра «Серый волк».	1	Вводный	Познакомить с играми других народностей России.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывая, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь для регуляции своего	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

							действия.		
20.	Эстафета «Передача мяча».	1	Вводный.	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
21.	Эстафета со скакалкой.	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	
22.	Эстафета «С мячом».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

							интересов.		
23.	Эстафета зверей.	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
24.	Эстафета «Быстрые и ловкие».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы её осуществления.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
25.	Эстафета «Вызов номеров».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

							интересов.		
26.	Эстафета по кругу.	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	
27.	Обобщающий урок по теме: «Игры на закрепление и совершенствование навыков бега».	1	Обобщение и закрепление	Закрепить правила по ТБ, правила изучаемых игр; проведение подвижных игр; эстафет.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
28.	Татарская народная игра «Серый волк».	1	Вводный	Познакомить с играми народностей России.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывая, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

							для регуляции своего действия.		
29.	Русская народная игра «Ловушки с приседаниями».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
30.	Русская народная игра «Чехарда».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр	Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
31.	Русская народная игра «Пятнашки».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет; контролировать действия партнёра; использовать речь	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	

					людей.		для регуляции своего действия.		
32.	Русская народная игра «Охотники и зайцы».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр.	Вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.	Проявлять самостоятельность в игровой деятельности, выбирая ту или иную игру и способы ее осуществления.	Допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии.	Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.	
33.	Русская народная игра «Краски», «Третий лишний».	1	Комбинированный	Познакомить с игрой. Повторить правила проведения изученных игр	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	
34.	Итоговый урок по теме: «Комплексные подвижные игры».	1	Обобщение. Итоговое занятие	Закрепить правила по ТБ, правила изучаемых игр; проведение подвижных игр; знания о странах, из которых они пришли.	Оценивать правильность выполнения действия; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.	Уметь следовать образцу, правилу, инструкции уметь увидеть целое раньше его частей.	Формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их.	



