Приложение
к основной образовательной программе
начального общего образования,
утвержденной приказом по школе
от 31.08.2020г. №309

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета **"Физическая культура"**

для 4 классов

учителя: Дедовой Маргариты Расимовны

на 2020-2021 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «**физической культуры (спортивные игры)**» для 1 - 4 классов создана на основе авторской программы, созданной группой авторов Синявский Н.И., Власов В.В., Фынтынэ О.А. Программа составлена на основе традиций коренного населения Ханты Мансийского округа. - г. Ханты Мансийск: Издательство» Институт повышения квалификации и развития регионального образования. Рассмотрена и рекомендована экспертным советом Департамента образования и науки Ханты-Мансийского округа.

В 4 классе на уроки физической культуры отводится по 102 ч (3 ч в неделю, 34 учебные недели в каждом классе). Рабочая программа рассчитана на 34 ч (1 ч в неделю, 34 учебные недели).

I. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.

Усвоение данной программы обеспечивает достижение следующих результатов.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

— планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

— анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

— видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

— оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

— управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

— планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

— излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее 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 инвентарем 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 ее напряженность 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 подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
— находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
— выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
— выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
— выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

II. Содержание тем учебного курса.

1. Бой медвежат.

Чертится круг диаметром 1,5 -2 м. В него становятся на корточки соперники (медвежата), вытягивают руки вперёд ладонями. Надо вытолкнуть соперника из круга, ударяя его по ладони, или заставив его коснуться земли или пола любой частью тела. Кому удастся это сделать тот и победитель.

2.Игра с шапкой. (Кулем мюль).

Две команды становятся в шеренги напротив друг друга. Шапка – у одного из игроков. По сигналу пронести шапку через игровое поле и оставить в условленном месте. Соперникам – перехватить.

3. Салки с мячом.

Выбирается водящий. Его задача «осалить» - бросить мяч в убегающего игрока. «Осаленный игрок» становится водящим.

4. Берегись охотника.

У одного играющего хвост лисы или песца. Водящий старается догнать и запятнать того, кто бежит с хвостом. Участники игры во время бега передают хвост.

5. Медведь и ягодники. (Пупи панэ канэк воныпвэ ах).

Провести линию, делящую площадку на 2 части. Выбирается «медведь», который садится на одной половине площадки. Остальные игроки «ягодники» (по русской игре «У медведя во бору»)

6. Кто сильнее.

Верёвки длиной 2-3 м и 2 шишки. Двое соревнующихся берутся за концы верёвки и расходятся, натягивая её. На одинаковом расстоянии от каждого игрока кладётся шишка. По сигналу каждый старается перетянуть противника, достать свою шишку.

7. Жмурки (Лтни).

«Говорящему» завязывают глаза платком, несколько раз поворачивают и разбегаются в разные стороны.

8. Солнце.

Водящий «солнце» сидит на корточках в кругу, образованного другими играющими. По сигналу дети идут по кругу, делая различные движения руками и говорят: «Солнце, солнце поднимись, всем на радость засветись» «Солнце» встаёт все игроки разбегаются, «солнце» старается осалить как, можно больше игроков, По сигналу: «Раз, два, три в круг беги», те игроки, которых ведущий не осалил, возвращаются в круг.

III. Учебно-тематический план

№п/п	Наименование тем	Всего часов
1.	Знакомство с играми народов севера. Правила поведения во время игры. Разучивание игры « Бой медвежат»	1
2.	Знакомство с играми народов севера. Правила поведения во время игры. Разучивание игры « Бой медвежат»	1
3.	Совершенствование игры «Бой медвежат». Разучивание игры «Игра с шапкой»	1
4.	Совершенствование игры «Бой медвежат». Разучивание игры «Игра с шапкой»	1
5.	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	1
6.	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	1
7.	Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	1
8.	Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	1
9.	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой», «Салки с мячом»	1
10.	Совершенствование игры «Салки с мячом». Разучивание игры «Берегись охотника».	1
11.	Совершенствование игры «Салки с мячом». Разучивание игры «Берегись охотника».	1
12.	Совершенствование игры «Берегись охотника». Разучивание игры «Медведь и ягодники»	1
13.	Совершенствование игры «Берегись охотника». Разучивание игры «Медведь и ягодники»	1
14.	Совершенствование игр «Берегись охотника». «Медведь и ягодники»	1
15.	Совершенствование игр «Берегись охотника». «Медведь и ягодники»	1
16.	Совершенствование игр «Берегись охотника», «Медведь и ягодники»	1
17.	Совершенствование игр «Берегись охотника», «Медведь и ягодники»	1
18.	Игры по выбору детей.	1

19.	Игры по выбору детей.	1
20.	Совершенствование разученных игр по выбору. Разучивание игры «Собери ягоды».	1
21.	Совершенствование разученных игр по выбору. Разучивание игры «Собери ягоды».	1
22.	Совершенствование игры «Собери ягоды». Разучивание игры «Кто сильнее»	1
23.	Совершенствование игры «Собери ягоды». Разучивание игры «Кто сильнее»	1
24.	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	1
25.	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	1
26.	Разучивание игры «Жмурки» Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	1
27.	Разучивание игры «Жмурки» Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	1
28.	Разучивание игры «Солнце». Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», «Жмурки»	1
29.	Разучивание игры «Солнце». Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», «Жмурки»	1
30.	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», «Жмурки», «Солнце».	1
31.	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», «Жмурки», «Солнце».	1
32.	Игры по выбору детей.	1
33.	Игры по выбору детей.	1
34.	Игры по выбору детей.	1
	Всего за год	**34**

Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 4 класс (1 час в неделю, всего 34 часа)

№ п/п	Тема урока	Дата план	Дата факт	Планируемые результаты		
				Предметные результаты	**Метапредметные результаты (УУД)**	**Личностные результаты**
1	Знакомство с играми народов севера. Правила поведения во время игры. Разучивание игры «Бой медвежат»	1-ая неделя		Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	**П**. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями **К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Знакомство с играми народов севера. Правила поведения во время игры. Разучивание игры «Бой медвежат»	2-ая неделя				
3	Совершенствование игры «Бой медвежат». Разучивание игры «Игра с шапкой»	3-ая неделя				
4	Совершенствование игры «Бой медвежат». Разучивание игры «Игра с шапкой»	4-ая неделя				
5	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	5-ая неделя				
6	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	6-ая неделя				
7	Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	7-ая неделя				
8	Разучивание игры «Салки с мячом». Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой».	8-ая неделя				
9	Совершенствование игр «Бой медвежат». «Игра с шапкой», «Салки с мячом»	9-ая неделя				
10	Совершенствование игры «Салки с мячом». Разучивание игры «Берегись охотника».	10-ая неделя				
11	Совершенствование игры «Салки с мячом». Разучивание игры «Берегись охотника».	11-ая неделя				
12	Совершенствование игры «Берегись охотника». Разучивание игры «Медведь и ягодники»	12-ая неделя				

13	Совершенствование игры « Берегись охотника». Разучивание игры «Медведь и ягодники»	13-ая неделя		Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	**П**. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями **К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
14	Совершенствование игр «Берегись охотника». «Медведь и ягодники»	14-ая неделя				
15	Совершенствование игр «Берегись охотника». «Медведь и ягодники»	15-ая неделя				
16	Совершенствование игр «Берегись охотника», «Медведь и ягодники»	16-ая неделя				
17	Совершенствование игр «Берегись охотника», «Медведь и ягодники»	17-ая неделя				
18	Игры по выбору детей.	18-ая неделя				
19	Игры по выбору детей.	19-ая неделя				
20	Совершенствование разученных игр по выбору. Разучивание игры «Собери ягоды».	20-ая неделя				
21	Совершенствование разученных игр по выбору. Разучивание игры «Собери ягоды».	21-ая неделя				
22	Совершенствование игры «Собери ягоды». Разучивание игры «Кто сильнее»	22-ая неделя				
23	Совершенствование игры «Собери ягоды». Разучивание игры «Кто сильнее»	23-ая неделя				
24	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	24-ая неделя				
25	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	25-ая неделя				
26	Разучивание игры «Жмурки» Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	26-ая неделя				
27	Разучивание игры «Жмурки» Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее».	27-ая неделя				

28	Разучивание игры «Солнце». Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», « Жмурки»	28-ая неделя		Называть игры и формулировать их правила; организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий.	**П**. Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями **К.** планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности **Р.** планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к уроку физической культуры; умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
29	Разучивание игры «Солнце». Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», « Жмурки»	29-ая неделя				
30	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», «Жмурки», «Солнце».	30-ая неделя				
31	Совершенствование игр «Собери ягоды», «Кто сильнее», « Жмурки», «Солнце».	31-ая неделя				
32	Игры по выбору детей.	32-ая неделя				
33	Игры по выбору детей.	33-ая неделя				
34	Игры по выбору детей.	34-ая неделя				