

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ


Министерство образования и науки Республики Дагестан

МР "Буйнакский район"

МКОУ "Нижнеказанищенская СОШ №4"


РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО


Умаханова А.И.
Протокол №1 от «28»
08.2024 г.


СОГЛАСОВАНО

Зам. дир. по УВР


Вайланматова М.К.
Протокол №1 от «29»
08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор


Абдуллатипова З.И.
Приказ №41 от «01»
09.2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2712419)

Учебного предмета «Физическая культура»

Для обучающихся 1-4 классов

с. Н-Казанище 2024 г

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
1 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Правила безопасного поведения в местах занятий физическими упражнениям	1				
2	Здоровье и здоровый образ жизни	1				
3	Самостоятельные занятия общеразвивающими физическими упражнениями	1				
4	Режим дня и правила его составления	1				
5	Оздоровительная физическая культура	1				
6	Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур	1				
7	Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки	1				
8	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой	1				
9	Спортивный инвентарь и оборудование для занятий лёгкой атлетикой	1				
10	Равномерное передвижение в ходьбе и беге	1				

11	Бег в равномерном темпе	1				
12	, Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением 20-30 м	1				
13	Разучивание техники прыжка в длину с места	1				
14	Закрепление техники прыжка в длину с места	1				
15	Разучивание техники челночного бега	1				
16	Закрепление техники челночного бега	1				
17	Лёгкоатлетические эстафеты	1				
18	Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой	1				
19	Страховка и самостраховка на уроках гимнастики	1				
20	Строевые упражнения и организующие команды на уроках физической культуры	1				
21	Общие принципы выполнения гимнастических упражнений	1				
22	Разучивание техники выполнения строевых упражнений	1				
23	Разучивание техники общеразвивающих гимнастических упражнений	1				
24	Разучивание упражнений со скакалкой	1				
25	Гимнастические эстафеты	1				
26	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми	1				

27	Спортивный инвентарь для подвижных игр	1				
28	Подвижные игры на развитие быстроты	1				
29	Подвижные игры на развитие координационных способностей	1				
30	Подвижные игры с элементами гимнастики	1				
31	Подвижные игры с элементами спортивных игр	1				
32	Разучивание техники бросков и ловли мяча	1				
33	Разучивание техники ловли и передачи мячи в парах от груди, снизу, от плеча, из-за головы, с отскоком от пола	1				
34	Подвижные игры на развитие внимания. Считалки для организации подвижных игр	1				1
35	Эстафеты	1				
36	Основны техники безопасности на занятиях зимними видами спорта	1				
37	Разучивание организующих команд	1				
38	Спортивный инвентарь лыжника	1				
39	Спортивный инвентарь лыжника	1				
40	Основная стойка лыжника	1				
41	Разучивание техники передвижения ступающим шагом	1				

42	Разучивание техники передвижения скользящим шагом	1				
43	Эстафеты на лыжах	1				
44	Подвижные игры на лыжах	1				
45	Передвижение по дистанции скользящим шагом	1				
46	Основы техники безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми	1				
47	Разучивание технических элементов футбола	1				
48	Подвижные игры с элементами футбола	1				
49	Основные правила игры в футбол	1				
50	Разучивание технических элементов волейбола	1				
51	Подвижная игра «Пионербол»	1				
52	Передачи мяча в парах, тройках	1				
53	Подвижные игры на развитие выносливости	1				
54	Разучивание техники ведения мяча	1				
55	Подвижные игры с элементами пионербола	1				
56	Основы техники безопасности на занятиях лёгкой атлетикой	1				

57	Упражнения на освоение техники спринтерского бега	1				
58	Легкоатлетические упражнения для развития быстроты	1				
59	Специальные беговые упражнения	1				
60	Закрепление техники челночного бега	1				
61	Разучивание техники метания малого мяча в горизонтальную цель	1				
62	Закрепление техники метания малого мяча в горизонтальную цель	1				
63	Подвижные игры и эстафеты с элементами лёгкой атлетики	1				
64	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				
65	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1				
66	Развитие основных физических качеств	1				
67	Развитие основных физических качеств	1				
68		1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	0		