

Муниципальное образование город Армавир
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
лицей № 11 имени Вячеслава Владимировича Рассохина

УТВЕРЖДЕНО
решением педагогического совета
протокол №1
от 31 августа 2021 года
Директор
_____ А.М. Абелян

**ИЗМЕНЕНИЯ И ДОПОЛНЕНИЯ,
ВНОСИМЫЕ В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

по физической культуре (модуль Шахматы)

Уровень образования (класс): начальное общее образование

Количество часов: 204 часов, (3класс – 102 ч, 4класс – 102 ч)

Учитель, разработчики рабочей программы:

Рубан Ирина Алексеевна, учитель начальных классов

Программа разработана в соответствии и *на основе*:

приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования" (с дополнениями и изменениями) ФГОС начального общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 286;

с учетом: - примерной программы по физической культуре федерального государственного образовательного стандарта общего начального образования (приказ Минобрнауки РФ № 373 от 6 октября 2009г.

-УМК: «Физическая культура: программа:1-4 классы» / Т.В.Петрова, Ю.А.Копылов, Н.В.Полянская, С.С. Петров – М: Вентана-Граф, 2013 г. и примерной программы «Шахматы в школе», 1-4 годы обучения/ Е. А. Прудникова, Е. И. Волкова. - М.: Просвещение, 2017 г.

г. Армавир, 2021

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

1. Патриотическое воспитание:

— ценностное отношение 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, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

2. Гражданское воспитание:

— представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой 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.

3. Ценности научного познания:

— знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции;

— познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;

— познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;

— интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

4. Формирование культуры здоровья:

— осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных

жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

5. Экологическое воспитание:

— экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;

- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел, Темы	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности*
3 класс				
	Знания о физической культуре	3 ч		
1	История физической культуры в древних обществах. Связь физической культуры с профессионально-трудовой и военной деятельностью	1	Пересказывать тексты о развитии физической культуры в древнем мире; понимать роль физической культуры в древних обществах; понимать связь между военной деятельностью и спортом	2,3,5
2	История физической культуры в Европе в Средние века. Связь физической культуры с военной деятельностью	1	Пересказывать тексты о физической культуре Европы в Средние века; понимать связь между военной деятельностью и спортом	1,2,4
3	Физическая культура народов разных стран. Обувь и инвентарь для занятий физическими упражнениями	1	Описывать особенности физической культуры некоторых стран Востока. Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений Объяснять значение основных понятий учебной темы («двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»); описывать способы развития основных двигательных качеств человека	2,3,5
	Организация здорового образа жизни	1 ч		
4	Правильное питание. Правила личной гигиены	1	Формулировать правила здорового питания; обосновывать важность правильного режима питания для здоровья человека; знать продолжительность перерыва между приёмом пищи и активными	1,2,5

			занятиями физическими упражнениями. Объяснять главные функции кожи; обосновывать необходимость поддержания чистоты кожных покровов; называть правила гигиены кожи; выполнять регулярные гигиенические процедуры	
	Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью	1 ч		
5	Измерение длины и массы тела. Оценка основных двигательных качеств	1	Объяснять значение измерения длины и массы тела; измерять длину и массу тела; наблюдать свои показатели длины и массы тела. Регулярно вести дневник самоконтроля; понимать необходимость развития основных двигательных качеств; самостоятельно тестировать свои двигательные качества; наблюдать уровень развития своих двигательных качеств.	1,3
	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2 ч		
6	Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	1	Выполнять подготовку помещения к занятиям утренней гигиенической гимнастикой; выполнять усвоенные упражнения для утренней гигиенической гимнастики	1,2,5
7	Упражнения для профилактики нарушений зрения. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств	1	Выполнять упражнения для профилактики нарушений зрения Выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств	2,3,5
	Спортивно-оздоровительная деятельность	61 ч		
	Лёгкая атлетика	16 ч		
8	Основные фазы бега. Беговые упражнения (на короткие дистанции 10–30 м, на выносливость до 1 км, с высоким подниманием бедра, с ускорением). Высокий старт. Прыжковые упражнения (в длину с места, в высоту способом «перешагивание»). Метания малого мяча (способы держания мяча, фазы метания, метание на дальность)	16	Называть основные фазы бега; выполнять высокий и низкий старты; бегать с максимальной скоростью на дистанции 30 и 60 м; преодолевать дистанцию 1 км на время; прыгать в длину с места и с разбега, в высоту способом «перешагивание»; выполнять метания малого мяча на дальность с места и с разбега, в цель	1,2,3,4,5
	Гимнастика с основами акробатики	16 ч		
9	Строевые упражнения и строевые приёмы (построение в одну шеренгу и в колонну, в две (три) шеренги и в колонны; перестроение из одной шеренги в две; выполнение команд	16	Называть основные положения тела; выполнять строевые команды и упражнения; выполнять гимнастические и акробатические упражнения	1,2,3,4,5

	«Кругом!», «Направо!», «Налево!», «Направо (налево) разомкнись!», «На месте шагом марш!», «Шагом марш!», «Бегом марш!», «Обычным шагом марш!», «Налево (направо) в обход шагом марш!», «Класс, стой!», «Вольно!»; передвижения в колонне с изменением скорости). Лазание по гимнастической стенке разными способами (вправо и влево приставными шагами, по диагонали, вверх и вниз через 1–2 перекладины). Лазание по канату. Ползание по-пластунски. Кувырок вперёд, стойка на лопатках. Упражнения с гимнастической палкой			
	Кроссовая подготовка	12 ч		
10	Правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой. Бег. Челночный бег. Бег на 60 метров. Общие правила для всех видов бега. Бег с ускорением от 15 до 30 метров. Чередование ходьбы и бега. Равномерный медленный бег. Техника выполнения бега на короткие и длинные дистанции. Метание набивного мяча в цель.	12	Знать правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой; общие правила для всех видов бега; технику выполнения бега на короткие и длинные дистанции, метание набивного мяча в цель.	1,2,3,4,5
	Подвижные и спортивные игры	17 ч		
11	Подвижные игры с включение бега, прыжков, метаний. Элементы футбола (удары по неподвижному мячу внутренней стороной стопы, внутренней частью подъема стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы и передней частью подъема стопы, остановка мяча подошвой, ведение мяча носком ноги.) Удар по неподвижному и катающемуся мячу. Остановка мяча. Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола. Знакомство с правилами игры в баскетбол. Ведение мяча. Передача мяча во время игры. Передача мяча сверху, отскоком. Броски по кольцу. Специальные передвижения без мяча. Ведение мяча. Броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола. Подбрасывание мяча. Подача мяча. Прием мяча. Передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола. Знакомство с североосетинской игрой «Слепой медведь», направленной на развитие координации движений у детей. Знакомство с ингушской игрой «Перетягивание», направленной на	17	Знать и выполнять правила техники безопасности во время занятий с мячом; освоить элементы игры в футбол, баскетбол, волейбол; организовывать и проводить подвижные игры; договариваться о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками. Освоить игры народов мира, направленных на развитие силы и ловкости детей, сплочение коллектива, развитие внимания, развитие смекалки у детей младшего школьного возраста.	1,2,3,4,5

	воспитание чувства коллективизма и сплоченности. Кабардино-балкарская народная игра «Повелитель лунки». Освоение игры. Знакомство с правилами игры «Два мороза», направленной на развитие скорости бега и ловкости у детей.			
	Шахматы	34 ч		
	Сведения из истории шахмат	1 ч		
12	История возникновения соревнований по шахматам, системы проведения шахматных соревнований.	1	Знают историю возникновения шахматных соревнований, правила проведения соревнований, различные системы проведения шахматных соревнований.	3,4
	Базовые понятия шахматной игры	20 ч		
13	Шахматная комбинация: задачи на мат в два хода, тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «уничтожение защиты», «спёртый мат». Основы разыгрывания дебюта, атака на короля в дебюте. Основы пешечного эндшпиля: проведение пешки в ферзи, правило квадрата, отталкивание плечом, реализация лишней пешки.	20	Знают шахматные комбинации и тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «уничтожение защиты», основы разыгрывания дебюта: развитие фигуры, дебютные ловушки, короткие партии. Умеют решать позиции на мат в два хода, находить тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «уничтожение защиты», «спёртый мат», атаковать рокировавшегося и нерокировавшегося короля в дебюте, проводить пешку в ферзи. Соблюдают правила поведения за шахматной доской.	1,2,3,4,5
	Конкурсы решения позиций	4 ч		
14	Конкурсы решения позиций на дебютные ловушки, способы атаки на короля, уничтожение защиты, тактические приёмы «завлечение», «отвлечение», «спёртый мат».	4	Расставляют позицию для решения упражнений, решают шахматные упражнения. Анализируют свои ответы и ответы своих сверстников. С помощью тестового задания оценивают собственное выполнение	1,2,5
	Соревнования	8 ч		
15	Участие детей в шахматном турнире «Первенство класса».	8	Умеют играть партию от начала до конца с записью и различным контролем времени.	1,2,3
	Шахматный праздник	1 ч		
			Осваивают правила игры. Активно участвуют в играх и эстафетах. Общаются и взаимодействуют со сверстниками. Проявляют доброжелательность, взаимопонимание, смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игр. Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, умеют управлять ими. Соблюдают правила техники безопасности во время участия в празднике.	
16	Участие в школьном	1	Осваивают правила игры. Активно	1,2,3,4,5

	спортивно-шахматном празднике.		<p>участвуют в играх и эстафетах. Общаются и взаимодействуют со сверстниками.</p> <p>Проявляют доброжелательность, взаимопонимание, смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игр.</p> <p>Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, умеют управлять ими.</p> <p>Соблюдают правила техники безопасности во время участия в празднике.</p>	
--	--------------------------------	--	--	--

№ п/п	Раздел, Темы	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности*
4 класс				
Знания о физической культуре		3 ч		
1	История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны	1	<p>Описывать с помощью иллюстраций в учебнике виды традиционных спортивных игр и развлечений, характерных для нашей страны; обосновывать значение традиционных спортивных развлечений на Руси; объяснять связь между видами спорта и природными особенностями нашей страны; называть самые популярные виды спорта в России</p>	2,3,5
2	Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр Опорно-двигательная система человека	1	<p>Анализировать и отвечать на вопросы по тексту о возрождении Олимпийских игр; объяснять различие между летними и зимними Олимпийскими играми; объяснять значение цветов Олимпийских колец; с помощью иллюстраций в тексте учебника называть талисманы Олимпиады 2014 г.; описывать церемонию открытия Олимпийских игр Называть части скелета человека; определять функции частей скелета и мускулатуры человека</p>	1,2,4
3	Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями.	1	<p>Различать основные виды травм; освоить приёмы оказания</p>	2,3,5

	Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания		первой доврачебной помощи при простых травмах. Понимать строение дыхательной системы человека; характеризовать процесс дыхания; объяснять функцию дыхательной системы; называть способы тренировки дыхания; понимать связь между курением и заболеваемостью органов дыхания Определять понятия «ходьба», «бег», «прыжки», «лазание», «ползание», «плавание»; выявлять и характеризовать различия между основными способами передвижения человека	
	Организация здорового образа жизни	1 ч		
4	Массаж. Причины утомления. Понятие о массаже, его функции Демонстрация простейших приёмов массажа	1	Определять понятие «массаж»; объяснять роль массажа; демонстрировать простейшие приёмы массажа (поглаживания, разминания)	1,2,5
	Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью	1 ч		
5	Измерение сердечного пульса. Оценка состояния дыхательной системы	1	Характеризовать понятие «частота сердечных сокращений»; объяснять функции сердца; измерять частоту сердечных сокращений; наблюдать собственную ЧСС в состоянии покоя. Понимать связь между физической тренированностью человека и частотой дыхания в покое; оценивать состояние дыхательной системы по частоте дыхания в покое и после физической нагрузки	1,3
	Физкультурно-оздоровительная деятельность	2 ч		
6	Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики	1	Выполнять освоенные упражнения для утренней гигиенической гимнастики; самостоятельно изменять комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики	1,2,5
7	Физические упражнения для физкультминуток Физические упражнения для	1	Выполнять физкультминутки в домашних условиях Выполнять физические	2,3,5

	профилактики нарушений осанки		упражнения для профилактики нарушений осанки	
	Спортивно-оздоровительная деятельность	61 ч		
	Лёгкая атлетика	12 ч		
8	Беговые упражнения (бег на короткие дистанции 10–60 м, на дистанцию до 1 км, бег с изменением направления движения, с поворотами вокруг своей оси, спиной вперёд, с чередованием максимальной и средней скорости). Высокий старт. Прыжки (в длину с разбега, в высоту способом «перешагивание», многоскоки). Метание малого мяча на дальность с разбега	12	Называть правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики; правильно выполнять технику бега и прыжков; бегать с максимальной скоростью на разные дистанции до 60 м; бегать дистанцию 1 км на время; выполнять прыжок в длину с разбега способом согнув ноги; метать малый мяч на дальность и на точность; выполнять прыжок в высоту способом «перешагивание»	1,2,3,4,5
	Гимнастика с основами акробатики	13 ч		
9	Построения, перестроения, расчёты, передвижения в колонне (повторение материала курса 3 класса). Выполнение строевых приёмов в усложнённых условиях (с закрытыми глазами, в быстром темпе, после выполнения физической нагрузки). Лазание по канату. Ползание попластунски. Кувырок вперёд. Стойка на лопатках	13	Называть правила техники безопасности на уроках гимнастики и акробатики; выполнять строевые упражнения и строевые приёмы; выполнять акробатические упражнения, лазание, ползание	1,2,3,4,5
	Кроссовая подготовка	22 ч		
10	Правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой. Бег. Челночный бег. Бег с препятствиями. Бег на 60 и 100 метров. Общие правила для всех видов бега. Бег с ускорением от 30 до 60 метров. Чередование ходьбы и бега. Равномерный медленный бег. Техника выполнения бега на короткие и длинные дистанции. Метание набивного мяча в цель.	22	Знать правила техники безопасности при занятиях кроссовой подготовкой; общие правила для всех видов бега; технику выполнения бега на короткие и длинные дистанции, метание набивного мяча в цель.	1,2,3,4,5
	Подвижные и спортивные игры	14 ч		
11	Правила и элементы игры в волейбол (нижняя прямая и верхняя прямая подачи; приём и передача мяча двумя руками сверху; приём мяча двумя руками снизу). Игры с бросанием волейбольного мяча на дальность и на дальность отскока мяча после броска одной рукой о стену. Правила и элементы игры в баскетбол (ведение мяча левой и правой руками; передача мяча одной и двумя руками от груди; бросок мяча двумя руками из-за головы, одной рукой от груди, приём	14	Называть правила техники безопасности на спортивных площадках; знать правила игры в футбол, волейбол и баскетбол; организовывать и проводить подвижные игры; договариваться с другими участниками о правилах игры и развивать другие навыки общения со сверстниками. Освоить игры народов мира, направленных на развитие силы	1,2,3,4,5

	<p>мяча двумя руками). Подвижные игры с мячом. Удар по неподвижному и катающемуся мячу. Остановка мяча. Ведение мяча. Подвижные игры на основе футбола.</p> <p>Специальные передвижения без мяча. Ведение мяча. Броски мяча в корзину. Подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Подбрасывание мяча. Подача мяча. Прием мяча. Передача мяча. Подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Разучивание подвижной игры «Караси и щука», направленной на развитие смелости и ловкости. Разучивание дагестанской игры в «Альчик», направленной на развитие ловкости у младших школьников.</p> <p>Разучивание чеченской игры в «Утушка», направленной на развитие смекалки у детей младшего школьного возраста.</p>		и ловкости детей, сплочение коллектива, развитие внимания, развитие смекалки у детей младшего школьного возраста.	
	Шахматы	34 ч		
	Сведения из истории шахмат	1 ч		
15	История появления шахмат на Руси. Зарождение шахматной культуры в России.	1	Знают о появлении шахмат на Руси, о том, как зарождалась шахматная культура в России.	3,4
	Базовые понятия шахматной игры	22 ч		
16	<p>Тактические приёмы «мельница», «перекрытие», «рентген».</p> <p>Основы дебюта: открытые, полуоткрытые и закрытые дебюты, слабые пункты f2/f7, перевес в развитии фигур, выбор хода и оценка позиции, перевес в пространстве.</p> <p>Основы эндшпиля: простейшие ладейные и легкофигурные окончания.</p>	22	Знают тактические приёмы «мельница», «перекрытие», «рентген», основы теории Итальянской партии, Защиты двух коней, Русской партии, способы разрушения прикрытия короля при равносторонней и разносторонней рокировках. Умеют находить тактические приёмы «мельница», «перекрытие», «рентген», разыгрывать открытые дебюты по теории, использовать перевес в развитии в дебюте, атаковать короля при равносторонней и разносторонней рокировках, разыгрывать простейшие ладейные эндшпили: ладья с пешкой против ладьи (позиции Филидора и Лусены), простейшие легкофигурные окончания. Соблюдают правила поведения за шахматной доской.	1,2,3,4,5
	Конкурсы решения позиций	2 ч		
17	Конкурсы решения позиций на все пройденные тактические приёмы и	2	Расставляют позицию для решения упражнений, решают	1,2,5

	шахматные комбинации		шахматные упражнения. Анализируют свои ответы и ответы своих сверстников. С помощью тестового задания оценивают собственное выполнение.	
	Соревнования	8 ч		
18	Участие детей в шахматном турнире «Первенство класса».	8	Умеют играть партию от начала до конца с записью и различным контролем времени.	1,2,3
	Шахматный праздник	1 ч		
19	Участие в школьном спортивно-шахматном празднике.	1	Осваивают правила игры. Активно участвуют в играх и эстафетах. Общаются и взаимодействуют со сверстниками. Проявляют доброжелательность, взаимопонимание, смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игр. Регулируют эмоции в процессе игровой деятельности, умеют управлять ими. Соблюдают правила техники безопасности во время участия в празднике.	1,2,3,4,5

*Номера соответствуют воспитательным направлениям, прописанным в личностных результатах, с учетом уровня образования (НОО, ООО, СОО).

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
методического объединения
учителей начальных классов
МАОУ лицей №11
им. В.В.Рассохина
№ 1 от «27» августа 2021 г.
_____ И.А.Рубан

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УР
МАОУ лицей № 11
им. В.В. Рассохина г. Армавира
_____ А.А.Козлова

«27» августа 2021 г

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190456

Владелец Абеян Арменуи Мартиновна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024