

Приложение  
к основной образовательной программе  
начального общего образования  
МБОУ «СОШ №7»  
приказ от 21.08.2024 № 430

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 7»

РАССМОТРЕНО Руководитель МО _____ Л.Х.Гильманов Протокол № 5 от 03.05.2024	СОГЛАСОВАНО Зам. директора по УВР МБОУ «СОШ № 7» _____ Т.И.Никитина	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ «СОШ № 7» _____ Е.О. Куанышев Приказ от 21.08.2024 № 430  Педагогический совет от 20.08.2024
---	--	---

**АННОТАЦИЯ**  
к рабочей программе начального общего образования  
по учебному предмету  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
для 3-4 класса  
на 2024-2025 учебный год

Примерная рабочая программа по предмету «Физическая культура» для учащихся начальной школы разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта начального общего образования, примерной программой по физической культуре для начального общего образования. Физическая культура. Примерные рабочие программы. В. И. Ляха. 3—4 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций / В. И. Лях, 2021 г. Физическая культура. Предметная линия учебников 1-4 классы / В.И.Лях – М: Просвещение, 2022.

Программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

**Целью** примерной рабочей программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физической культурой.

Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета «Физическая культура», в качестве которого выступает физкультурная (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определённых знаний, двигательных навыков и умений.

Реализация цели примерной рабочей программы соотносится с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

**Место учебного предмета в учебном плане.** Примерная рабочая программа основного начального образования по физической культуре составлена в соответствии с количеством часов, указанных в Базисном плане

образовательных организаций общего образования. Предмет «Физическая культура» изучается в начальной школе в объёме не менее 405 ч, из них в I классе — 99 ч, а со II по IV класс — по 102 ч ежегодно (3 часа в неделю).

***Ценностные ориентиры содержания учебного предмета***

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (3 КЛАСС)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные	Практические	
<b>Раздел 1. «Знания о физической культуре»</b>					
1.1	Знания о физической культуре. Легенда о зарождении олимпийских игр.	<i>В течении года по разделам программы</i>			1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/main/192782">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/main/192782</a> 2. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.8-12, стр. 13-17
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
22.1.	Физическое развитие и его измерение	<i>В течении года по разделам программы</i>			1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/main/226292">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/main/226292</a> 3. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.19-24 4. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.78
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ:</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
11.1.	Занятия по укреплению здоровья	<i>В течении года по разделам программы</i>			1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/main/192865">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/main/192865</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/main/192923">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/main/192923</a> 3. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.101 4. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.48 -50.
11.2.	Индивидуальные комплексы утренней зарядки				
11.3.	Прикладно-ориентированная физическая культура (выполнение тестов комплекса ГТО)				
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1.	Лёгкая атлетика	<b>24</b>	<b>15</b>		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/main/226266">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/main/226266</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/main/226380">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/main/226380</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/main/226531">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/main/226531</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/main/226557">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/main/226557</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/main/226585">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/main/226585</a> 6. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860</a> 7. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/main/193254">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/main/193254</a> 8. Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.82
2.2.	Элементы спортивных игр. Футбол.	<b>10</b>	<b>2</b>		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/main/197404/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/main/197404/</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/main/194234/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/main/194234/</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/main/194291/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/main/194291/</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/main/194380/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/main/194380/</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/main/194406/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/main/194406/</a> 6. Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.133

2.3	Элементы спортивных игр. Баскетбол.	17	3		<ol style="list-style-type: none"> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/main/224228/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/main/224228/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/main/193674/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/main/193674/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/main/193700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/main/193700/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/main/224290/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/main/224290/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/main/193846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/main/193846/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/main/193968/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/main/193968/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/main/193995/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/main/193995/</a></li> <li>Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.138</li> </ol>
2.4.	Элементы спортивных игр. Волейбол.	9			<ol style="list-style-type: none"> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/main/194021/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/main/194021/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/main/194078/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/main/194078/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4432/main/194104/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4432/main/194104/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/main/194130/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/main/194130/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/main/194156/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/main/194156/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/main/194208/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/main/194208/</a></li> </ol>
2.5.	Подвижные игры.	12			<ol style="list-style-type: none"> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6176/main/278887/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6176/main/278887/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/main/278913/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/main/278913/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/main/278939/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3531/main/278939/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/main/278964/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/main/278964/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/main/278991/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/main/278991/</a></li> <li>Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.123</li> </ol>
2.6.	Гимнастика.	16	4		<ol style="list-style-type: none"> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6013/main/226214/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6013/main/226214/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/main/279017/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/main/279017/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/main/78258/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/main/78258/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/279066/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/279066/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/main/279096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/main/279096/</a></li> <li>Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.107</li> </ol>
2.7.	Лыжная подготовка.	14	4		<ol style="list-style-type: none"> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/main/197378/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/main/197378/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/main/193542/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/main/193542/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/main/193567/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/main/193567/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/main/193594/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/main/193594/</a></li> <li><a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4463/main/224203/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4463/main/224203/</a></li> <li>Учебник «Физическая культура», 1-4 класс, В.И Лях, стр.152</li> </ol>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>102</b>	<b>27</b>	<b>75</b>	

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (4 КЛАСС)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные	Практические	
<b>Раздел 1. «Знания о физической культуре»</b>					
1.1	Знания о физической культуре. Легенда о зарождении олимпийских игр.	<i>В течении года по разделам программы</i>			1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/main/192782">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/main/192782</a> 2. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.8-12, стр. 13-17
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности</b>					
22.1.	Физическое развитие и его измерение	<i>В течении года по разделам программы</i>			1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/main/192808</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/main/226292">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/main/226292</a> 3. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.19-24 4. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.78
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ:</b>					
<b>Раздел 1. Оздоровительная физическая культура</b>					
11.1.	Занятия по укреплению здоровья	<i>В течении года по разделам программы</i>			1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/main/192865">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4427/main/192865</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/main/192923">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6173/main/192923</a> 3. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.101 4. Учебник «Физическая культура» (2022 г.), 1-4 класс, В.И Лях, стр.48 -50.
11.2.	Индивидуальные комплексы утренней зарядки				
11.3.	Прикладно-ориентированная физическая культура (выполнение тестов комплекса ГТО)	<i>В течении года по разделам программы</i>			
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная физическая культура</b>					
2.1.	Лёгкая атлетика	<b>22</b>	<b>17</b>		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/main/226266">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6178/main/226266</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/main/226380">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/main/226380</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/main/226531">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/main/226531</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/main/226557">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5131/main/226557</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/main/226585">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4458/main/226585</a> 6. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4457/main/278860</a> 7. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/main/193254">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/main/193254</a> 8. Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.82
2.2.	Элементы спортивных игр. Футбол.	<b>6</b>	-		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/main/197404/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5134/main/197404/</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/main/194234/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3583/main/194234/</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/main/194291/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6110/main/194291/</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/main/194380/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5136/main/194380/</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/main/194406/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4511/main/194406/</a>

					6. Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.133
2.3	Элементы спортивных игр. Баскетбол.	8	1		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/main/224228/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5133/main/224228/</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/main/193674/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6182/main/193674/</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/main/193700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4464/main/193700/</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/main/224290/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4465/main/224290/</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/main/193846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/main/193846/</a> 6. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/main/193968/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/main/193968/</a> 7. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/main/193995/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3572/main/193995/</a> 8. Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.138
2.4.	Элементы спортивных игр. Волейбол.	8	1		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/main/194021/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4431/main/194021/</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/main/194078/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6165/main/194078/</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4432/main/194104/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4432/main/194104/</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/main/194130/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6166/main/194130/</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/main/194156/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6183/main/194156/</a> 6. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/main/194208/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6184/main/194208/</a>
2.5.	Гимнастика.	12	4		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6013/main/226214/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6013/main/226214/</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/main/279017/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3540/main/279017/</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/main/78258/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6177/main/78258/</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/279066/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3562/start/279066/</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/main/279096/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4462/main/279096/</a> 6. Учебник «Физическая культура» (2022), 1-4 класс, В.И Лях, стр.107
2.6.	Лыжная подготовка.	12	3		1. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/main/197378/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6180/main/197378/</a> 2. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/main/193542/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6179/main/193542/</a> 3. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/main/193567/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6014/main/193567/</a> 4. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/main/193594/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3561/main/193594/</a> 5. <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4463/main/224203/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4463/main/224203/</a> 6. Учебник «Физическая культура», 1-4 класс, В.И Лях, стр.152
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>68</b>	<b>26</b>	<b>42</b>	





