

**Тематическое планирование по учебному курсу «Физическая культура»,
отражающее национальные, региональные и этнокультурные особенности территорий
Челябинской области**

1 класс

Наименование раздела / общее количество часов / тема урока	Количество часов	Темы, учитывающие национальные, региональные и этнокультурные особенности Челябинской области
Основы знаний (2 часа)		
Из истории физической культуры Физические упражнения	1	Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Известные спортсмены Челябинской области по летним видам спорта. Национальные подвижные игры и игры народов Южного Урала
Способы физкультурной деятельности (3 часа)		
	1	Самостоятельные игры и развлечения Выбор и подготовка спортивного инвентаря для проведения национальных подвижных игр: татарские игры – «Угадай и догони»; башкирские игры – «Кот и мыши»; русские народные игры – «Тише едешь». Проведение подвижных игр народов Южного Урала в зависимости от интересов занимающихся .
Физическое совершенствование (94 часа) Лыжная подготовка (21 час)		
Спуски со склона и подъём на склон	1	Спуски со склона в высокой, средней и низкой стойке. Особенности местности малой родины (города, посёлка, села)
Подвижные и спортивные игры (22 часа)		
Национальные подвижные игры	2	Подвижные игры: «Играй, мяч не теряй», «Мяч в корзину», «Передал – садись», «Кто быстрее», «Ловкий наездник», «Два мороза», «Рыбаки и рыбки», «Салки с домиками», «Чай-чай выручай», «Гонка мячей», «Школа мяча». Национальная русская подвижная игра «Мяч по кругу». Национальная татарская подвижная игра «Кто дальше бросит»

2 класс

Наименование раздела / общее количество часов / тема урока	Количество часов	Темы, учитывающие национальные, региональные и этнокультурные особенности Челябинской области
Основы знаний (2 часа)		
Из истории физической культуры. Физические упражнения	1	Особенности физической культуры разных народов. Её связь с природными географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Известные спортсмены Челябинской области по зимним видам спорта. Национальные подвижные игры и игры народов Южного Урала. Спортивные сооружения Челябинской области и их предназначение
Способы физкультурной деятельности (4 часа)		
Самостоятельные игры и развлечения	1	Выбор и подготовка спортивного инвентаря для проведения национальных подвижных игр: татарские игры – «Скок-перескок», башкирские игры – «Стрелок», русские народные игры – «Пол, нос, потолок». Проведение подвижных игр народов Южного Урала в зависимости от интересов занимающихся
Физическое совершенствование (96 часа) Лыжная подготовка (21 час)		
Спуски со склона и подъём на склон	2	Спуски со склона в высокой, средней и низкой стойке. Особенности местности малой родины (города, посёлка, села)
Подвижные и спортивные игры (22 час)		
Национальные подвижные игры	2	Подвижные игры: «Играй, мяч не теряй», «Мяч в корзину», «Передал – садись», «Кто быстрее», «Ловкий наездник», «Два мороза», «Рыбаки и рыбки», «Салки с домиками», « Чай-чай выручай», « Гонка мячей», «Школа мяча». Национальная русская подвижная игра «Мяч по кругу». Национальная татарская подвижная игра «Кто дальше бросит»

3 класс

Наименование раздела / общее количество часов / тема урока	Количество часов	Темы, учитывающие национальные, региональные и этнокультурные особенности Челябинской области
Основы знаний (2 часа)		

Из истории физической культуры. Физические упражнения	1,5	Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Известные спортсмены и тренеры Челябинской области по различным видам спорта. Национальные подвижные игры и игры народов Южного Урала. Спортивные сооружения Челябинской области и их предназначение
Способы физкультурной деятельности (4 часа)		
Самостоятельные игры и развлечения	1	Выбор и подготовка спортивного инвентаря для различных видов деятельности. Организация и проведение национальных подвижных игр и народных игр Южного Урала в зависимости от интересов и уровня физической подготовленности (на спортивных площадках и в спортивных залах)
Физическое совершенствование (96 часа) Лыжная подготовка (21 час)		
Скользкий шаг. Попеременный двухшажный ход	2	Передвижения скользящим шагом под уклон. Передвижения попеременным двухшажным ходом под уклон и по равнине. Особенности местности малой родины (города, посёлка, села)
Спуски со склона и подъём на склон	2	Спуски со склона в основной стойке. Техника подъёма «лесенкой». Спуски со склона в высокой и низкой стойке, торможение «плугом» и «полуплугом». Подвижные игры с элементами спуска со склона и подъёма
Подвижные и спортивные игры (22 часа)		
Национальные подвижные игры	3	Проведение национальных подвижных игр и подвижных игр народов Южного Урала

4 класс

Наименование раздела / общее количество часов / тема урока	Количество часов	Темы, учитывающие национальные, региональные и этнокультурные особенности Челябинской области
Основы знаний (2 часа)		

Из истории физической культуры. Физические упражнения	1,5	Особенности физической культуры разных народов. Ее связь с природными географическими особенностями, традициями и обычаями народа. Спортивные сооружения Челябинской области и их предназначение (история строительства и названия сооружений) Спортивные школы Челябинской области. Национальные подвижные игры и игры народов Южного Урала. Спортивные сооружения Челябинской области и их предназначение
Способы физкультурной деятельности (5 часов)		
Самостоятельные игры и развлечения	2	Организация и проведение национальных подвижных игр и народных игр Южного Урала в зависимости от интересов и уровня физической подготовленности (на спортивных площадках и в спортивных залах).
Физическое совершенствование (96 часа) Лыжная подготовка (21 час)		
Скользкий шаг. Попеременный двухшажный ход	2	Передвижения скользящим шагом под уклон. Передвижения попеременным двухшажным ходом под уклон и по равнине. Особенности местности малой родины (города, посёлка, села)
Спуски со склона и подъём на склон	1	Спуски со склона в основной стойке. Техника подъёма «лесенкой». Спуски со склона в высокой и низкой стойке, торможение «плугом» и «полуплугом». Подвижные игры с элементами спуска со склона и подъёма
Подвижные и спортивные игры (22 час)		
Национальные подвижные игры	4	Проведение национальных подвижных игр и подвижных игр народов Южного Урала