

ФГАОУВО Казанский (Приволжский) федеральный университет

Институт фундаментальной медицины и биологии

**Дисциплина:** Теория и методика обучения предмету Физическая культура.

**Тема:** Правила и основы разработки поурочно-четвертного плана-графика прохождения учебного материала по физической культуре в школе.

**Преподаватель:** Д.б.н. Абзалов Р.Р.

**Выполнила:** студентка 4 курса гр.

01-482 Закирова А.Р.

## **Основными документами планирования**

процесса физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений являются:

- рабочая программа по предмету "Физическая культура";
- календарно-тематическое планирование процесса физического воспитания ;
- конспекты уроков по физической культуре.

*К документам планирования, лежащим в основе календарно-тематического плана и разрабатываемым студентами в период практики, относятся:* план-график прохождения учебного материала по физической культуре на год, план-график прохождения учебного материала на четверть (I,II,III,IV), конспекты или планы-конспекты уроков по физической культуре.



**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ  
СТАНДАРТ**

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

## **4 класс**



- **Нормативные документы по преподаванию физкультуры**
- **Требования к уровню подготовки обучающихся**
- **Календарно тематическое планирование**
- **Планируемые результаты освоения программы**

**Личностные  
Метапредметные  
Предметные**



# Поурочный четвертной план

Поурочный четвертной план представляет собой последовательное изложение содержания каждого урока учебной четверти. Разработка плана на четверть начинается с формулирования учебно-воспитательных задач. Сначала определяются стержневые задачи учебно-воспитательного процесса в

## Пояснительная записка:

- для того, чтобы определить разделы программы, последовательность и длительность их прохождения, необходимо разработать план-график прохождения учебного материала по физической культуре на год;
- для того, чтобы грамотно распределить содержание каждого раздела программы в течение года, необходимо разработать подробный, раскрытый план-график прохождения учебного материала на каждую четверть (семестр), в котором отражена не только последовательность решения образовательных задач, но и определяется длительность их решения.



По *форме* исходные документы планирования  
могут быть составлены

текстовым  
способом  
(конспект  
урока)

графическим

Годовой план  
график

Четвертной  
план график

# Виды планирования

перспективное  
(годовое),

текущее  
(четвертное);

оперативное  
(конспект)

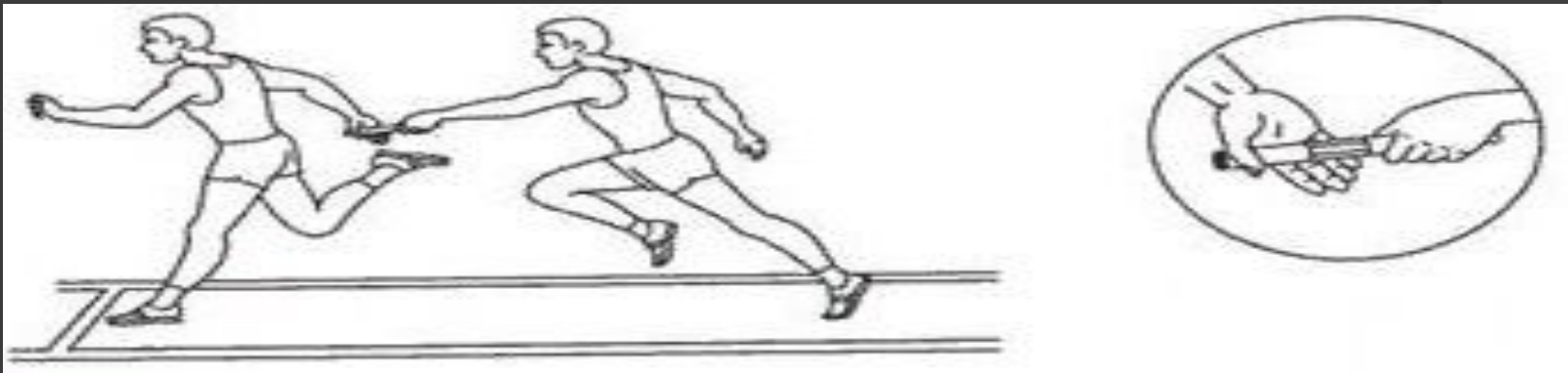




## Перед тем, как составить план-график на четверть, необходимо:

- уточнить какие двигательные действия были пройдены в предыдущие годы, и какие будут изучаться в последующие (формулировка задач: «обучать», «совершенствовать»);
- установить уровень физической и функциональной подготовленности занимающихся по данному разделу (формулировка задач: «развивать»);
- подобрать средства, строго соответствующие поставленным задачам;
- параллельно с решением образовательных и оздоровительных задач наметить и воспитательные задачи, сформулированные в плане-графике на год;
- определить контрольные упражнения для оценки качества решения поставленных задач и успеваемости школьников;
- запланировать самостоятельную работу учащихся с учетом содержания материала четверти (семестра) и нормативных показателей.





Материал, связанный с освоением техники, распределяется по всей четверти (семестру) с учетом степени сложности. При распределении материала необходимо помнить о принципах доступности и систематичности, для этого, в начале четверти (семестра) планируется освоение наиболее простых двигательных действий с постепенным усложнением от урока к уроку. Перерывы в обучении должны быть небольшими. Необходимо учитывать явления «переноса» в обучении двигательным действиям. Упражнения для развития физических качеств должны быть прикладными (т.е. связанными с изучаемым разделом программы).



# Поурочный четвертной тематический план-график для 7 класса

## на 1 четверть ( с 1 по 16 урок),

Учебный материал

Требования к знаниям

Правила ТБ на уроках легкой атлетики, спортивными играми +

Влияние физкультурно спортивных занятий на состояние здоровья +

Легкая атлетика

Бег с переменной скоростью до 2000 м. + + + + + +

Бег 60 м. + + к

Бег 1500 м. + + к

Бег 2000м. + + + + к

Прыжки в длину с разбега: движения рук и ног в полете + + + + к

Метание мяча на дальность с разбега (вес 150 г) + + + + к

Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий + +

Контроль тестовых нормативов

Челночный бег 4х9м, наклон вперед из положения сидя. +

Подтягивание (мал), поднимание туловища (дев.), прыжок в длину с места +

Бег 1300 м. +

Развитие двигательных качеств

Скоростно-силовые + + + + + +

Вьносливость + + + + + + + + + +

Ловкости + + + + + + + +

Быстрота движений + + + + + + +

Домашнее задание

Прыжки со скакалкой + к

Отжимание +

## Поурочный четвертной тематический план-график для 7 класса на 1 четверть (с 17 по 27 урок) (продолжение)

Учебный материал

Требования к знаниям

Правила ТБ на уроках легкой атлетики, спортивными играми +

к

Влияние физкультурно- спортивных занятий на состояние здоровья  
к

Спортивные игры (баскетбол)

Ведение мяча с изменением направления и скорости + + + + к

Передача мяча от плеча

Учебная игра + + + + + + + к +

Развитие двигательных качеств

Скоростно-силовые + + + + + + + +

Скоростная выносливость + + + + + + + +

Быстрота движений + + + + +

Домашнее задание

Отжимание + к

Комплекс утренней гимнастики

+ к

Условные обозначения: к – контроль, + выполнение задания

Спасибо за внимание!

