




Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа с. Садовка Балтайского муниципального района Саратовской области

<p>«Рассмотрено» Руководитель МО  Болбашева Е.А.</p> <p>Протокол № <u>1</u> от <u>«28» 08</u> 20<u>19</u> г.</p>	<p>«Согласовано» Заместитель руководителя по УВР МБОУ СОШ с. Садовка  Степанова В.Е.</p> <p>«<u>29</u>» <u>08</u> 20<u>19</u> г.</p>	<p>«Утверждено» Руководитель МБОУ СОШ с. Садовка  Чашкина О.В.</p> <p>Приказ № <u>1</u> от <u>«30» 08</u> 20<u>19</u> г.</p>
---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По физической культуре в 3 классе

Барановой Любовь Ивановны, 1 категории

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от
«30» 08 2019 г.

2019-2020 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе нормативных документов:

- Закона Российской Федерации «Об образовании», ст. 32 «Компетенция и ответственность образовательного учреждения» (п.67);
- Концепции модернизации Российского образования;
- Закон РФ «О физической культуре и спорте»;
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, М.: Просвещение, 2012);
- Федеральных государственных стандартов начального общего образования второго поколения», утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2010 № 373.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общей развивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Содержание рабочей программы полностью соответствует требованиям Федерального компонента государственного стандарта начального образования.

Уровень изучения учебного материала базисный. Она разработана в целях конкретизации содержания образовательного стандарта с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей младших школьников

УМК учителя- Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», 2012 г.

УМК обучающегося:

-Физическая культура. 1-4 классы, под ред. В.И.Лях – М. «Просвещение», 2012.

Уровень программы- базовый стандарт.

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физической культурой отводится 3 часа в неделю всего 102 в 3 классе.

Общая характеристика учебного предмета

ФГОС предусматривает проблемный характер изложения и изучения материала, требующий деятельного подхода. В учебнике «Физическая культура» это поддерживается специальным методическим аппаратом, реализующим технологию проблемного диалога. Начиная с 2-3 класса, введены проблемные ситуации, стимулирующие учеников к постановке целей, даны вопросы для

актуализации необходимых знаний, приведён вывод, к которому ученики должны прийти на уроке. Деление текста на рубрики позволяет научить учащихся составлению плана. Наконец, при подаче материала в соответствии с этой технологией само изложение учебного материала носит проблемный характер.

Учебник «Физическая культура 1-4» нацелен на формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных и коммуникативных универсальных учебных действий.

Описание места учебного предмета в учебном плане

В соответствии изменениями, внесёнными в федеральный базисный учебный план курс «Физическая культура», в 3 классе количество уроков составляет 102 часа.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;

- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях

Формы организации

Для более качественного освоения предметного содержания уроки физической культуры подразделять на три типа: с образовательно-познавательной, образовательно-предметной и образовательно-тренировочной направленностью.

В целом каждый из этих типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности включает школьников в выполнение самостоятельных заданий.

Приобретаемые знания, умения и навыки в последующем закрепляются в системе самостоятельных занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях. При этом, развивая самостоятельность, необходимо ориентировать учащихся на использование учебного материала, не только освоенного ими на уроках физической культуры или на уроках по другим учебным предметам, но и изложенного в учебниках по физической культуре. Путем повышения самостоятельности и познавательной активности учащихся достигается усиление направленности педагогического процесса на формирование интереса к регулярным занятиям физическими упражнениями, приучение к систематической заботе о своем теле и здоровье.

Развитию самостоятельности в младшем школьном возрасте хорошо содействует организация спортивных соревнований и спортивных праздников. Они особенно эффективны, если в основе их содержания используются упражнения, подвижные игры, способы деятельности и знания, освоенные школьниками на уроках физической культуры.

По окончании курса «Физическая культура» проводится аттестация учащихся, содержание которой включает в себя учебные задания, разрабатываемые в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта общего образования и настоящей примерной программой.

Содержание тем учебного курса

3 класс

Знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Способы физкультурной деятельности

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

Лыжные гонки

Передвижения на лыжах: ступающим шагом, скользящим шагом. Поворот переступанием. Спуск в основной стойке

Прохождение дистанции

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «Парашютисты», «Догонялки на марше», «Увертывайся от мяча».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Защита укрепления», «Стрелки», «Кто дальше бросит», «Ловишка, поймай ленту», «Метатели».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Быстрый лыжник», «За мной».

На материале спортивных игр:

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей».

Учебно- тематический план 3 класс(3 часа в неделю)

№	Разделы и темы	Кол-во часов
Базовая часть		68
1	Знания о физической культуре	В процессе урока
2	Способы физкультурной деятельности	В процессе урока

3	Физическое совершенствование: - гимнастика с основами акробатики - легкая атлетика - лыжные гонки - подвижные игры - общеразвивающие упражнения (в содержании соответствующих разделов программы)	68 16 16 28 8
4	Вариативная часть (при 3-х часах в неделю) (время на освоение отдельных видов программного материала пропорционально увеличивается или добавляется самостоятельный раздел по выбору учителя, учащихся, определяемой самой школой, по углубленному изучению одного из видов спорта)	34

Требования к уровню подготовки обучающихся (базовый уровень)

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 2 класса должны:

- иметь представление:
 - о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
 - о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
 - об особенностях игры в футбол, баскетбол, ;
- уметь:
 - составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
 - выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в баскетбол;
 - проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
 - составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
 - вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- демонстрировать уровень физической подготовленности

Контрольные	Уровень
-------------	---------

упражнения	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	3	2	1			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с						
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Календарно-тематическое планирование уроков по физкультуре в 3 классе.

№ урока	Тема урока	Дата проведения	Формируемые УУД		
			Предметные результаты	Метапредметные УДД(познавательные , коммуникативные, регулятивные	личностные
Легкая атлетика 9 часов					
1.	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Разновидности ходьбы. Обычный бег.		сформированность первоначальных представлений о ценностях физической культуры; <i>Описывать</i> технику беговых упражнений	Познавательные: учатся контролировать и оценивать свои действия; Коммуникативные: умение слушать и понимать других. Регулятивные: организация рабочего места.	Личностные: воспитание уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью как своему, так и других людей;
2.	Высокий старт. Бег 30 метров. Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Игра «Пустое место». Медленный бег		<i>Описывать</i> технику беговых упражнений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. <i>Осваивать</i> технику бега различными способами. <i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
3.	История зарождения Олимпийских игр.		<i>Научатся выполнять строевые упражнения на месте и в движении</i>	Познавательные: Осознание важности освоения универсальных	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои

	Строевые упражнения. Разновидности ходьбы. Высокий старт. Медленный бег до 3 мин.		<i>Пересказывать</i> тексты по истории физической культуры.	умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные : Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.	поступки на основе представлений о нравственных нормах
4.	Что такое физическая культура? Строевые упражнения. Разновидности ходьбы. Беговые упражнения. Бег до 3 мин.		<i>Понимать и раскрывать</i> связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека		
5.	Бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием. Высокий старт. Медленный бег 4 мин		<i>Описывать</i> технику беговых упражнений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. <i>Осваивать</i> технику бега различными способами. <i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.		
6.	Бег приставными шагами (левым и правым боком), зигзагом, в парах. Специальные беговые упражнения. Прыжки с места. Развитие выносливости				
7.	Прыжки в длину с места. Прыжки на скакалке. Бег приставными шагами (левым и правым боком), зигзагом, в парах. Специальные беговые упражнения.		<i>Описывать</i> технику прыжковых упражнений. <i>Осваивать</i> технику прыжковых упражнений. <i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.	Познавательные. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные : Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
8.	Метание мяча. Прыжки в длину с места. Медленный бег до 4 мин .Подтягивание. Игра «Пустое место»		<i>Описывать</i> технику метания упражнений. <i>Осваивать</i> технику подтягивания <i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных	Познавательные. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели

			сокращений при выполнении прыжковых упражнений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения упражнений.	взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.	
9.	Метание мяча, Прыжки в длину с разбега. Бег 300м. Отжимание. Игра «Третий лишний».		<i>Научатся</i> выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование сгибание и разгибание рук из положения лежа за 30 сек.	Познавательные. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
10	Метание мяча, Прыжки в длину с разбега. Отжимание.		<i>Научатся</i> выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование сгибание и разгибание рук из положения лежа за 30 сек.	Познавательные. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели
11	Прыжки в длину с разбега. Бег 300м. Подтягивание.		<i>Научатся</i> выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование сгибание и разгибание рук из положения лежа за 30 сек.	Познавательные. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	
12	Челночный бег 3х10м. Бег в среднем темпе до 4 мин Отжимание. Игра «Третий лишний».		<i>Научатся</i> выполнять разминку с малыми мячами, упражнения на внимание, сдавать тестирование сгибание и разгибание рук из положения лежа за 30 сек.	Познавательные. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Коммуникативные : Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании Упражнений. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	

				эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	
Подвижные игры 7 часов					
13	Инструктаж по ТБ. «К своим флажкам» .Эстафеты . Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений, прыжки в длину с места, спиной вперед, упражнения на внимание и двигательную память		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности	Регулятивные: Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру. Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Умение организовать и провести игру. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации. Анализ игровой ситуации	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
14	«Прыгающие воробышки», «Зайцы в огороде». Эстафеты		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности	Регулятивные: Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру. Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
15	«Лисы и куры. «Точный расчет!». Эстафеты.		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности	Регулятивные: Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру. Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

				<p>Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.</p> <p>Анализ игровой ситуации в игре</p>	
16	«Перестрелка», «Море волнуется»		<p><i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности.</p> <p><i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности</p>	<p>Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p>Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру</p> <p>Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.</p> <p>Познавательные: Осмысление правил игры.</p> <p>Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>
17	«Охотники». «Ночные снайперы». Эстафеты		<p><i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности.</p> <p><i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности</p>	<p>Регулятивные: Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.</p> <p>Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p>Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру.</p> <p>Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проб. Сит. В игре.</p> <p>Познавательные: Осмысление правил игры.</p> <p>Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>
18	«Лисы и куры». «Точный расчет». Эстафеты.		<p><i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности.</p> <p><i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности</p>	<p>Регулятивные: Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.</p> <p>Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p>Коммуникативные: Умение объяснять свой выбор и игру.</p> <p>Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проб. Сит. В игре.</p> <p>Познавательные: Осмысление правил игры.</p> <p>Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>

19	«Перестрелка», «Море волнуется»		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности		
Баскетбол – 8 часов.					
20.	Инструктаж по ТБ. Ведение мяча. Передача мяча. Выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения сидя.		<i>Осваивать технику бросков большого мяча.</i>	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.
21	Передача мяча двумя руками. Ведение мяча. «Мяч соседу». Выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.		<i>Осваивать технику бросков большого мяча.</i>	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные. Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации.

22	Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Броски в цель.		<i>Осваивать технику бросков большого мяча. Научиться ведению мяча на месте и в движении.</i>	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
23.	Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Ведение мяча Выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя..		<i>Осваивать технику бросков большого мяча. Научиться ведению мяча на месте и в движении</i>	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
24	Броски в цель. Ловля и передача мяча. «Передал – садись».		Выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
25.	Ведение мяча. «Попади в обруч». Основные положения и движения рук, ног, туловища. Выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений	.	Выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
26.	Ведение мяча. «Попади в обруч». Основные положения и движения рук, ног, туловища. Выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений	.	Выполнять организующие команды, броски баскетбольного мяча из положения стоя.	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
27	Эстафеты с мячами. «Передал-садись. Основные положения и		Основные положения и движения рук, ног, туловища. Выполнять бег с изменением	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Коммуникативные: Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.

	движения рук, ног, туловища. Выполнять бег с изменением темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений		темпа, упражнения, направленные на развитие координации движений.	умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Познавательные: Осмысление правил игры. Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
Гимнастика – 14 час.					
28	Инструктаж по ТБ. Комплекс упражнений для утренней гимнастики. Строевые упражнения.	.	<i>Отбирать и составлять</i> комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.	Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.	Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире. Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
29	Группировка. Перекаты в группировке Перекаты вправо, влево, группировка, кувырок вперед. <i>Описывать</i> технику разучиваемых акробатических упражнений. <i>Осваивать</i> технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций	.	<i>Оценивать</i> свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур. <i>Составлять</i> комплексы упражнений для формирования правильной осанки. <i>Моделировать</i> комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости	Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,...) Формирование навыков контролировать свое физическое состояние. Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
30	ОРУ с предметами <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений. Перекаты вправо, влево, группировка, кувырок вперед	.	<i>Оценивать</i> свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур. <i>Составлять</i> комплексы упражнений для формирования правильной осанки. <i>Моделировать</i> комплексы упражнений с учетом их цели: на	Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.

			развитие силы, быстроты, выносливости	поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии.	
31	Кувырок вперед .Кувырок назад.		Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Характеризовать показатели физического развития. Характеризовать показатели физической подготовки. Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений Научатся выполнять кувырок вперед, игровые упражнения с кувырками, выполнять разминку, направленную на развитие гибкости.	Коммуникативные: Формирование способов взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,...) Формирование навыков контролировать свое физическое состояние. Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
32	Стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно. Разминка., стойка на лопатках, мост, кувырок		Научатся выполнять вис на согнутых руках на низкой перекладине, выполнять разминку, направленную на развитие координации движения, стойку на лопатках.		Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
33	Упражнения в равновесии. Стойка на лопатках. Разминка., стойка на лопатках, мост, кувырок		<i>Осваивать</i> универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. <i>Моделировать</i> физические нагрузки для развития основных физических качеств.		Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).
34	Смешанные висы и упоры. Упражнения в равновесии. Вис на согнутых руках на низкой перекладине, выполнять разминку, направленную на развитие координации движения, стойку на лопатках.		<i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.		
35	Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.			Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	
36	Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.				
37	Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. Игра «Удочка» Об				Формирование навыка систематического наблюдения за

	основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.			поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.	своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
38.	Прыжки с поворотом на 180° и 360°. Игра «Медведи и пчелы» Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.		Выполнять игровые упражнения на гимнастических скамейках, прыжки с поворотом, упражнения на равновесие и внимание.	Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии. Коммуникативные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)	
39.	Вращение обруча. Игра «Жмурки» Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.			Формирование способностей взаимодействия с окружающим миром (вижу, говорю, чувствую,...) Формирование навыков контролировать свое физическое состояние.	
40	Прыжки с поворотом на 180° и 360°. Игра «Ловля обезьян» Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.			Познавательные: Ознакомление с правилами самостоятельного отбора упражнений и их объединения в комплексы.	
41	Вращение обруча. Игра «Совушка» Об основных положениях и движениях рук, ног, туловища, головы. Стойка на лопатка. Мост, кувырок.				
Подвижные игры -2 часа					
42	Инструктаж по ТБ « К своим флажкам» Два мороза» Эстафеты		<i>Осваивать</i> универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр. <i>Излагать</i> правила и условия проведения подвижных игр. <i>Осваивать</i> двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. <i>Моделировать</i> технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. Коммуникативные Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
43	«Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде. Эстафеты. Выполнять разминку, направленную на развитие координации движений. Прыжки в длину с места, упражнения на внимание и двигательную активность. Правила соревнований в беге, прыжках и метаниях.				

				<p>ситуации в игре. Умение организовать и провести игру.:</p> <p>Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.</p>	
Подвижные игры на основе баскетбола-5 часов					
44	Т.Б при занятиях элементами баскетбола. Ловля и передача мяча на месте и в движении, Игра «Передал – садись» Развитие координационных способностей.		<p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества.</p>	<p>Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p> <p>Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.</p> <p>Коммуникативные Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре.</p> <p>Умение организовать и провести игру.:</p> <p>Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.</p>	<p>Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.</p> <p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p> <p>Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.</p> <p>Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>
45	Ловля и передача мяча на месте и в движении. ОРУ с мячом. Игра «Мяч среднему» Развитие координационных способностей				
46.	Стойка и перемещение Игра «Крученный мяч» Ловля и передача мяча. Ведение мяча на месте.				
47.	Ловля и передача мяча на месте и в движении. ОРУ с мячом. Игра «Мяч среднему» Развитие координационных способностей				
48	Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ведение мяча в движении ОРУ с мячом. Игра «Мяч среднему» Развитие координационных способностей				
Лыжная подготовка-18 часов					
49	Инструктаж по ТБ. Подбор, переноска и надевание лыж. Первоначальные представления о		<p><i>Моделировать</i> технику базовых способов передвижения на лыжах.</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные</p>	<p>Регулятивные Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности,</p>	<p>Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,</p>

	строевых командах, лыжных ходах. «Лыжи на плечо», «Лыжи к ноге!» «На лыжи становись!»,		умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. <i>Проявлять</i> выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения. <i>Применять</i> правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. <i>Объяснять</i> технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. <i>Осваивать</i> технику поворотов, спусков и подъемов. <i>Проявлять</i> координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов	сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
50	Ступающий шаг. Повороты на месте.				
51	Ступающий шаг. Игра «Кто дальше прокатится»				
52	Ступающий шаг. . Игра «Кто дальше прокатится»				
53	Ступающий шаг. Повороты на месте				
54	Скользкий шаг. Игра «Проехать через ворота»				
55.	Передвижение скользящим шагом без палок.				
56	Передвижение скользящим и ступающим шагом с палками.				
57	Подъем и спуски под уклон. Игра «Кто дальше прокатится».				
58.	Поворот переступанием на месте. Подъем и спуски под уклон				
59	Поворот переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон.				
60	Прохождение дистанции 1 км. Подвижная игра на лыжах «Подними предмет»				
61	Прохождение дистанции 1 км.				
62	Прохождение дистанции 1 км.				
63	Поворот переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон.				
64	Поворот переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон				
65.	Поворот переступанием на месте. Подъемы и спуски под уклон				
66.	Прохождение дистанции 1 км. Подвижная игра на лыжах «Подними				

	предмет».			Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.	
67	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота»		<p><i>Описывать</i> технику скользящего шага <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении <i>Объяснять</i> технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. <i>Осваивать</i> технику поворотов, спусков и подъемов. <i>Проявлять</i> координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p> <p><i>Проявлять</i> качества силы, быстроты и координации <i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности. <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. <i>Проявлять</i> быстроту и ловкость во время подвижных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности во время занятий. <i>Описывать</i> разучиваемые технические действия</p>	<p>Регулятивные: Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека. Коммуникативные Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>	<p>Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.</p>
68	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота»				
69.	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота»				
70	Прохождение дистанции 1 км. Подвижная игра на лыжах «Подними предмет».				
71.	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота»				
72	Прохождение дистанции 1 км. Подвижная игра на лыжах «Подними предмет».				
73	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота»				
74	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота»				
75	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота» Прохождение дистанции				
76	Передвижение скользящим шагом. Спуск с уклона в основной стойке. Игра «Попади в ворота» Прохождение дистанции				

Подвижные игры -2 часа

77	Инструктаж по ТБ. «К своим флажкам» «Два мороза» Эстафеты.		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности.	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
78	«Прыгающие воробышки», «Зайцы в огороде». Эстафеты.		<i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности	Коммуникативные Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Умение организовать и провести игру.: Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
Баскетбол -4 часа					
79	Инструктаж по ТБ. Ведение мяча. Передача мяча специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола . <i>Броски:</i> большого мяча на дальность разными способами		<i>Принимать</i> адекватные решения в условиях игровой деятельности. <i>Осваивать</i> универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. <i>Проявлять</i> быстроту и ловкость во время подвижных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.	Регулятивные: Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Коммуникативные: Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
80	Ловля и передача мяча двумя руками из-за головы. Ведение мяча. специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола . <i>Броски:</i> большого мяча на дальность разными способами		<i>Описывать</i> разучиваемые технические действия из спортивных игр. <i>Осваивать</i> технические действия из спортивных игр. <i>Моделировать</i> технические действия в игровой деятельности. <i>Взаимодействовать</i> в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.	Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
81.	Броски в цель. Ловля и передача мяча. «Передал –садись».		<i>Осваивать</i> универсальные		

	специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола . <i>Броски:</i> большого мяча на дальность разными способами		умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. <i>Выявлять</i> ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. <i>Соблюдать</i> дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.	Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений	
82.	Броски в цель. Ловля и передача мяча. «Передал –садись».				
Легкая атлетика -11 часов					
83	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Разновидности ходьбы. Обычный бег.		<i>Описывать</i> технику беговых упражнений. <i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. <i>Осваивать</i> технику бега различными способами. <i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений, давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
84	Высокий старт. Низкий старт. Бег 30 м. <i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.				
85	Челночный бег 3*10м Прыжки в длину с разбега. <i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.				
86	Строевые упражнения. Разновидности ходьбы.				
87	Метание мяча. Подтягивание. <u>Метание малого мяча</u> <i>Метание:</i> малого мяча в вертикальную цель и на дальность		<i>Описывать</i> технику метания малого мяча. <i>Осваивать</i> технику метания малого мяча. <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при метании малого мяча. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча	Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	

88	Бег 300м. Отжимание. Игра «Третий лишний» <i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением			Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией
89	Прыжки в длину с места. Прыжки на скакалке. <u>Прыжковая подготовка.</u> <i>Прыжковые упражнения:</i> на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой		<p><i>Описывать</i> технику прыжковых упражнений.</p> <p><i>Осваивать</i> технику прыжковых упражнений.</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p><i>Выявлять</i> характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.</p> <p><i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p><i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p>	<p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p> <p>Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений.</p> <p>Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений.</p>
90	Эстафетный бег. Бег с мячами. <u>Движения и передвижения</u> строем. <i>Организующие команды и приёмы.</i> Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд		<p><i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений.</p> <p><i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.</p> <p><i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.</p> <p><i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении беговых</p>	

			упражнений.		
91.	Строевые упражнения. Наклоны из положения стоя. <u>Движения и передвижения строем. Организующие команды и приёмы.</u> Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд		<i>Осваивать</i> универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении беговых упражнений. <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.		
92	Бег 1000м. Подтягивание. Игра «Третий лишний» <i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением				
93	Бег 1000м. Подтягивание. Игра «Вышибалы»				
Подвижные игры – 6 часов.					
94	Инструктаж по ТБ. «К своим флажкам». «Мудрая сова» Эстафеты		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности. <i>Осваивать</i> универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. <i>Проявлять</i> качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. <i>Соблюдать</i> правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.	Регулятивные: Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата. Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха. Коммуникативные Формирование умения взаимодействовать в группах (под руководством учителя) в процессе решения проблемной ситуации в игре. Умение организовать и провести игру.: Познавательные: Моделирование, выбор наиболее эффективных способов решения игровой ситуации.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.
95	«Прыгающие воробушки». «Зайцы в огороде». Эстафеты Развитие ловкости, меткости, быстроты, выносливость.				
96	«Лисы и куры». «Точный расчет» Эстафеты. Развитие ловкости, меткости, быстроты, выносливость.				
97	«Перестрелка». «Море волнуется» Эстафеты. Развитие ловкости, меткости, быстроты, выносливость.				
98	Как выбрать и проводить игру? Перестрелка. «Море волнуется» Эстафеты. Развитие ловкости, меткости, быстроты, выносливость.				
99	Правила поведения на занятиях. Перестрелка. «Море волнуется»				

	Эстафеты. Развитие ловкости, меткости, быстроты, выносливость.				
100	Высокий старт. Низкий старт. Бег 30 м. <i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.		<i>Общаться и взаимодействовать</i> в игровой деятельности. <i>Организовывать и проводить</i> подвижные игры с элементами соревновательной деятельности	Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения. Умение видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека Коммуникативные: Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений. Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.
101	Высокий старт. Низкий старт. Бег 30 м. <i>Беговые упражнения:</i> с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.				
102	Подведение итогов учебного года. Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря		<i>Определять и кратко характеризовать</i> физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Определять</i> ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма. <i>Определять</i> состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий		

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения
1.	Основная литература для учителя
1.1.	Стандарт начального общего образования по физической культуре
1.2.	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов.– М.: Просвещение, 2011
1.3.	Лях В.И. Физическая культура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2012.
1.4.	Рабочая программа по физической культуре
2.	Дополнительная литература для учителя
2.1.	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»
2.2.	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. – М., Физкультура и спорт, 1998.
2.3.	Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Практикум по теории и методике физического воспитания 2001г.
2.4.	Школьникова Н.В., Тарасова М.В. Я иду на урок. Книга для учителя физической культуры 1- 6 классы. Издательство «Первое сентября» 2002 г.
2.5.	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя, Москва, 1998.
2.6.	Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре 1-4 класс, Москва «Вако» 2006