



«Утверждаю»
Директор МБОУ
ОСОШ №1
/ Корчагина Л.С./
от «8» 09 2017г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
МБОУ ОСОШ №1
/ Степанова М. В./
«7» 09 2017г.

Рассмотрено
на заседании МО
Протокол № 1
от «11» 09 2017г.
Руководитель МО Карнаухова Л.П.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре

Класс 2
Учитель Карнаухова Людмила Павловна
Количество часов всего: 68, в неделю 2 час

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной основной образовательной программы начального общего образования, авторской программы по физическому воспитанию 1-4 класс (авт. доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич), основной образовательной программы начального общего образования МБОУ ОСОШ №1.

Программа: Комплексная программа физического воспитания учащихся. Программы образовательных учреждений 1-11 классы. Для учителей общеобразовательных учреждений. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич, 7-е издание. М.: Просвещение, 2016 год.

Учебник:

Физическая культура 1 – 4 классы В.И.Лях, А.А.Зданевич. Издательство «Просвещение», 2012

Методическое обеспечение:

Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам всероссийским, региональным, городским, районным, школьным. Методическое пособие / авт. - сост.: П.А.Киселев, С.Б.Киселева. М.: "Глобус", 2008г. 320с.

Программу составил (а)

Карнаухова Л.П.
(подпись)

Карнаухова Л.П.
(расшифровка подписи)

Физическая культура

Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» 2 класс создана на основе:

- Федерального и регионального компонентов Государственного стандарта начального общего образования;
- Комплексной программы физического воспитания учащихся 1–11-х классов. Лях В.И., Зданевич А.А. М.: Просвещение, 2012 год;

Цель: создать условия для овладения знаниями об основах физической культуры и здоровом образе жизни, для формирования жизненно важных двигательных умений и навыков.

Задачи:

- содействовать в получении знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья;
- развивать физические качества, координационные и кондиционные способности, приобщать к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и подвижными играми;
- прививать навыки дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, смелости во время выполнения физических упражнений.

Место предмета в базисном учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом рабочая программа составлена по программе авторов Лях В.И., Зданевич А.А. из расчета **2 часа в неделю, 68 часов в год.**

Структура и содержание рабочей программы.

Рабочая программа составлена для обучающихся 8-9 лет. Количество учебных часов из федерального компонента 2 часа в неделю. Программа состоит из двух разделов: «Основы знаний о физической культуре» (теоретической части); «Физическое совершенствование» (практической части). Содержание раздела «Основы знаний о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека. Программный материал по этому разделу — осваивается в каждой четверти на первых уроках 8-10 минут, в течение четверти по ходу урока по 3-5 минут. Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья обучающихся. Сохраняя определенную традиционность, раздел включает основные базовые виды программного материала – «Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные игры с элементами спортивных игр», «Лыжные гонки». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. В **отличие** от других программ по физическому воспитанию, в настоящей программе наибольшее количество часов отводится на подвижные игры с элементами спортивных игр.

Для повышения двигательной активности и привития мотивации к занятиям физическими упражнениями, на каждом уроке физической культуры применяется игровой и соревновательный метод.

В процессе обучения используются современные **образовательные технологии:** здоровьесберегающие технологии, личностно-ориентированное и дифференцированное обучение, информационно-коммуникационные технологии.

Требования к уровню подготовки учащихся

- В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся **2 класса должны:**
иметь представление:
 - о зарождении древних Олимпийских игр;
 - о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
 - об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
 - об общих и индивидуальных основах личной гигиены, правилах использования закаливающих процедур.
 - о правилах поведения на занятиях физической культуры и причинах травматизма.

уметь:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);
- выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;
- выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия.

Выполнять двигательные умения и навыки:

Легкоатлетические упражнения

Гимнастика с элементами акробатики

Подвижные игры

Распределение учебного времени на виды программного материала

№	Вид программного материала	Количество часов
	Теоретические сведения	
1	Основы знаний о физической культуре.	В процессе урока
	Практические действия	
1	Легкоатлетические упражнения. (1 четверть – 9ч 4 четверть – 9ч)	18
2	Гимнастика с элементами акробатики. (3 четверть)	14
3	Лыжная подготовка. (2 четверть)	14
4	Подвижные игры с элементами спортивных игр. (1 четверть – 9 ч, 3 четверть – 6 ч., 4 четверть – 7ч)	22
	Всего часов	68

Во втором классе обучающиеся должны демонстрировать уровень физической подготовленности (см. Таблица)

Таблица

№ п/ п	Физические способности	Контрольное упражнение (тест)	Лет	Уровень					
				Мальчики			девочки		
				низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1	Скорость	Бег 30 м, с	8	7,1	7,0-6,0	5,4	7,3	7,2-6,2	5,6
			9	6,8	6,7-5,7	5,1	7,0	6,9-5,6	5,3
2	Координация	Челночный бег 3×10 м, с	8	0,4	10,0-9,5	9,1	11,2	10,7-10,1	9,7
			9	10,2	9,9-9,3	8,8	10,8	10,3-9,7	9,3
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	8	110	125-145	165	90	125-140	155
			9	120	130-150	175	110	135-150	160
4	Выносливость	6-минутный бег, м	8	750	800-950	1150	550	650-850	950
			9	800	850-1000	1200	600	700-900	1000
5	Гибкость	Наклон вперед	8	1	3-5	7,5	2	5-8	11,5
			9	1	3-5	7,5	2	6-9	13,0
6	Сила	Подтягивание на высокой (м), низкой (д) перекладине.	8	1	2-3	4	3	6-10	14
			9	1	3-4	5	3	7-11	16

Описание материально-технической базы

Лях, В. И. Программы общеобразовательных учреждений. 1-11 классы : комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов / В. И. Лях, А. А. Зданевич. — М. : Просвещение, 2012.

Лях, В. И. Мой друг - физкультура : учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы / В. И. Лях. - М. : Просвещение, 2014.

Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа : в 2 ч. Ч. 2. - 4-е изд. перераб. - М. : Просвещение, 2011. - 231 с. - (Стандарты второго поколения).

Кофман, Л. Б. Настольная книга учителя физической культуры / Л. Б. Кофман. - М. : Физкультура и спорт, 1998.

Ковалько, В. И. Поурочные разработки по физкультуре. 1-4 классы / В. И. Ковалько. - М.: Вако, 2006.

Интернет-ресурсы:

Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : <http://festival.1september.ru/articles/576894>

Учительский портал. - Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-l-0-13511>

**Календарно — тематическое планирование
по физической культуре**

№	Тема урока	Наглядные пособия, технические средства, оборудование	Знания, умения, навыки	Деятельность учащихся	Формы контроля
1	Техника безопасности на спортивной площадке. Высокий старт.	Скакалки, обручи, набивные мячи	Соблюдают технику безопасности на спортивной площадке. Знают разновидности ходьбы, бега. ОРУ в движении. Высокий старт.	Слушают инструктаж по технике безопасности на спортивной площадке. Правила и нормы поведения на уроках физической культуры. Повторяют строевые упражнения за 1 класс. Играют в «Салки».	Прыжки в длину с места
2	Бег с ускорением до 20 метров. Прыжки в длину с места на результат.	Скакалки, обручи, набивные мячи	Знают разновидности ходьбы, бега. Умеют выполнять прыжки в длину с места.	Выполняют строевые упражнения (повторение 1 класс). Разновидности ходьбы, бега. Высокий старт. Бег с ускорением до 20 м. ОРУ в движении. Прыжки в длину с места. Игра «Салки». Равномерный бег 2 минуты	Тестирование Прыжки в длину с места
3	Высокий старт. Бег 30 метров на результат.	Высокая и низкая перекладины	Умеют выполнять бег с высокого старта. Умеют выполнять прыжки по разметкам.	Выполняют строевые упражнения (повторение 1 класс). Разновидности ходьбы, бега. Высокий старт. Бег 30 м. ОРУ в движении. Прыжки по разметкам. Игра «Пятнашки». Равномерный бег 3 минут. Учатся выполнять подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д)	Тестирование бег 30 метров
4	Подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д) Прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов.	Высокая и низкая перекладины. Скакалки, обручи, набивные мячи	Освоили общеразвивающие упражнения без предметов. Различать основные положения рук, ног, туловища. Сочетают движения ног с движениями рук. Составляют простейшие комплексы общеразвивающих упражнений.	Выполняют разновидности ходьбы, бега. ОРУ в движении. Прыжки с поворотом на 180. Прыжки в длину с разбега 3-5 шагов. Подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д). Игра «Пятнашки»	Встречная эстафета.

5	Подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д) на результат. Прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов.	Высокая и низкая перекладины. Футбольный мяч	Освоили универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различают и выполняют строевые команды	Выполняют строевые упражнения. Повороты на месте. Разновидности ходьбы, бега. Прыжки по разметкам Прыжки в длину с разбега 3-5 шагов. Подтягивание на высокой перекладине (м), низкой (д) на результат. Варианты игры мини-футбол.	Прыжки по разметкам Тестирование Подтягивание
6	Прыжки в длину с разбега с 3-5 шагов. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель.	Малые набивные мячи	Знают разновидности ходьбы. Умеют метать мяч в вертикальную цель	Разновидности ходьбы. Равномерный бег до 5 минут. Прыжки через земляные возвышения. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Круговая эстафета Игра по упрощенным правилам «Русская лапта»	Метание мяча на дальность с места
7	Прыжки в длину с разбега на результат. Метание мяча вертикальную и горизонтальную цель.	Малые набивные мячи	Умеют правильно метать мячи в вертикальную и горизонтальную цель.	Разновидности ходьбы. Равномерный бег до 3 минут. Прыжки через земляные возвышения. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Бег 1000 метров Игра «Мы – физкультурники»	Тестирование Бег 1000метров
8	Метание мяча на дальность. Шестиминутный бег.	Малые набивные мячи	Соблюдают правила техники безопасности при выполнении легко-атлетических упражнений при выполнении бега, прыжков, метаний.	История первых Олимпийских игр древности. Разновидности ходьбы. Бег с чередованием с ходьбой Метание мяча на дальность. Шестиминутный бег.	Тестирование Метание мяча Игра «Метко в цель»
9	Преодоление малых препятствий Мини-фут-бол по упрощенным правилам.	Малые набивные мячи. Футбольные мячи.	Знают правила и нормы поведения во время игры.	Выполняют строевые упражнения. Повороты на месте. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). Преодоление малых препятствий. Игра мини-футбол по упрощенным правилам.	Игра «Русская лапта»
10	Подвижные игры с элементами спортивных игр. Эстафеты с преодолением	Малые набивные мячи. Футбольные мячи.	Понимают значение утренней гимнастики.	Выполняют строевые упражнения. Чередование ходьбы и бега (50 бег, 100 ходьба). ОРУ типа утренней зарядки. Эстафеты с преодолением препятствий. Игра мини-футбол по упрощенным правилам. (м)	Комплекс утренней гимнастики № 1

	препятствий. Комплекс утренней зарядки.			Игра «Русская лапта» (д)	
11	Подвижные игры с элементами спортивных игр. Ловля и передача мяча.	Малые набивные мячи	Выполняют правило гигиены одежды и обуви в соответствии с погодными условиями.	Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ типа утренней зарядки. Ловля и передача мяча в парах. Эстафеты с мячами. Игра «Вызов номеров»	Эстафеты с мячами.
12	Подвижные игры с элементами спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении.	Малые набивные мячи	Соблюдают правила игр. Освоили название игр, инвентаря и оборудования	Ходьба и бег с заданиями. ОРУ типа утренней зарядки. Ловля и передача мяча в движении. Бросок набивного мяча от груди. Сгибание и разгибание в упоре лежа на полу Игра «Охотники и утки».	Бросок набивного мяча от груди
13	Ведение мяча на месте. Бросок набивного мяча от груди	Малые набивные мячи	Умеют выполнять строевые упражнения. Перестроения из одной в две шеренги.	Ходьба и бег с игровыми заданиями. ОРУ типа утренней зарядки. Строевые упражнения Перестроения из одной в две шеренги. Ведение мяча на месте. Бросок набивного мяча от груди. Игра « Кто дальше бросит» Игра «Охотники и утки».	Наклон вперед стоя, сидя.
14	Ведение мяча в ходьбе. Наклон вперед на результат.	Баскетбольные мячи	Умеют выполнять строевые упражнения. Выполняют норматив по наклонам вперед.	Строевые упражнения Перестроения из одной в две шеренги. Ходьба и бег с игровыми заданиями. ОРУ с мячами. Ведение мяча на месте. Ведение мяча в ходьбе Наклон вперед на результат. Игра «Два мороза»	Тестирование Наклон вперед
15	Ведение мяча в ходьбе. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	Баскетбольные мячи	Выполняют Физические упражнения и знают их отличия от естественных движений. Выполняют ходьбу и бег с заданиями ОРУ с мячами.	Физические упражнения и их отличия от естественных движений. Строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба и бег с заданиями ОРУ с мячами. Ведение мяча на месте. Ведение мяча в ходьбе правой левой рукой. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на	Тестирование. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.

				результат. Игра «Два мороза»	
16	Ведение мяча в ходьбе правой, левой рукой. Броски мяча в щит.	Баскетбольные мячи	Освоили универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различают и выполняют строевые команды Правильно выполняют броски в щит. Соблюдают правила ТБ при занятиях.	Строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба и бег с игровыми заданиями. ОРУ с мячами. Ведение мяча на месте. Правой, левой рукой Ведение мяча в ходьбе. Броски мяча в щит. Игра «Попади в обруч». Игра Мини-баскетбол	Поднимание туловища
17	Ведение мяча в беге по прямой. Броски мяча в щит.	Баскетбольные мячи	Выполняют ОРУ в движении. Знают приёмы бросков мяча в щит.	Строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Ходьба и бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ведение мяча в ходьбе. Ведение мяча в беге. Броски мяча в щит Поднимание туловища на результат Игра Мини-баскетбол	Тестирование Поднимание туловища
18	Ведение мяча в беге по прямой. Игра мини-баскетбол по упрощенным правилам.	Баскетбольные мячи	Освоили универсальное умение управления эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.	Ходьба и бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ведения мяча в ходьбе по прямой. Ведение мяча в беге по прямой. Броски в кольцо. Игра мини-баскетбол по упрощенным правилам.	Прыжки со скакалкой
19	Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Кувырок вперед.	Скакалки, большие гимнастические мячи. Маты.	Соблюдают правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.	Слушают о правилах техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Расчет на первый второй. Танцевальные шаги. ОРУ типа утренней гимнастики. Перекаты. Кувырок вперед. Эстафеты со скакалкой, с большими гимнастическими мячами. Игра «Угадай, кто подходил»	Перекаты

20	Стойка на лопатках согнув ноги. Кувырок вперед.	Баскетбольные мячи. Гимнастические маты.	Выполняют строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Перекаты. Кувырок вперед.	Ходьба, бег, прыжки, лазание - как жизненно важные способы передвижения. Строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Расчет на первый второй. Сочетание танцевальных шагов с ходьбой ОРУ типа утренней гимнастики. Перекаты. Кувырок вперед. Стойка на лопатках согнув ноги. Игра "Посадка картофеля", «Лиса в курятнике»	Повороты на месте. Шаг полки
21	Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Режим дня. Личная гигиена	Гимнастические маты, скакалки	Понимают важность соблюдения режима дня, соблюдения личной гигиены.	Режим дня. Личная гигиена. Дневник самонаблюдения. Строевые упражнения. Размыкание и смыкание приставным шагом. Расчет на первый второй. Сочетание танцевальных шагов с бегом. ОРУ со скакалками. Кувырок вперед. Стойка на лопатках согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев. Игра "Посадка картофеля", «Угадай, кто подходил».	Стойка на лопатках согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, пережат вперед в упор присев.
22	Кувырок в сторону Акробатические соединения из разученных элементов.	Скакалки, гимнастические маты	Освоили технику выполнения акробатических упражнений. Освоили универсальное умение взаимодействия в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.	Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Бег, ходьба с игровыми заданиями. ОРУ со скакалками. Кувырок вперед. Стойка на лопатках согнув ноги. Кувырок в сторону. Акробатические соединения из разученных элементов. Эстафеты с элементами акробатики.	Акробатические соединения из разученных элементов.
23	Акробатические соединения из разученных элементов. Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках.	Скакалки, гимнастические маты	Знают о влиянии физических упражнений на осанку. Знают комплекс упражнений на профилактику плоскостопия. Освоили технику выполнения гимнастических упражнений на спортивных снарядах.	Слушают о влиянии физических упражнений на осанку Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Сочетание танцевальных шагов с ходьбой и бегом. ОРУ со скакалками. Кувырок в сторону. Акробатические соединения из разученных элементов. Поднимание туловища	Зачет Акробатические упражнения

				Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Ходьба по гимнастической лестнице. Эстафеты с преодолением препятствий.	
24	Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног.	Гимнастические скамейки. Обручи	Знают название гимнастических снарядов. Умеют выполнять акробатические соединения из разученных элементов. Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног	Название гимнастических снарядов. Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Ходьба, бег с сочетанием танцевальных шагов. ОРУ с обручами. Акробатические соединения из разученных элементов. Наклон вперед. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе. Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног. Игра "Посадка картофеля", «Угадай, кто подходил».	Поднимание прямых и согнутых ног
25	Лазанье по наклонной скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног.	Гимнастические скамейки. Обручи	Умеют выполнять вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног.	Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ с обручами. Лазанье по наклонной скамейке лежа на животе, подтягиваясь руками. Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание прямых и согнутых ног. Перелезание через препятствия. Игра «Выталкивание из круга» Игра «Угадай чей голосок»	Вис спиной к гимнастической стенке.
26	Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Подтягивание в висе лежа	Обручи, гимнастические скамейки.	Знают терминологию разучиваемых упражнений. Умеют выполнять лазанье по наклонной гимнастической скамейки	Терминология разучиваемых упражнений. Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Ходьба, бег с заданиями ОРУ с обручами. Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках. Лазанье по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног. Подтягивание в висе лежа, согнувшись. Эстафеты	Зачет Лазанье по наклонной гимнастической скамейки

	согнувшись.			с преодолением препятствий. Игра «Угадай, чей голосок»	
27	Лазанье по канату Подтягивание в висе лежа согнувшись. Перелезание через коня	Набивные мячи, скакалки, гимнастическое бревно, конь	Осваивать технику выполнения физических упражнений в лазание и перелезание. Выявлять характерные ошибки в выполнении гимнастических упражнений. Проявлять силу и координацию движений при выполнении упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении лазанья по канату.	Строевые упражнения. В колонне по одному на указанные ориентиры. Ходьба, бег с заданиями Комплекс ОРУ с мячами Лазанье по канату. Прыжки со скакалкой Подтягивание в висе лежа, согнувшись. Перелезание через коня, бревно. Игра “Прокати быстрее мяч”. Игра «Перетягивание в парах»	Зачет Подтягивание в висе лежа.
28	Лазанье по канату. Стойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами на бревне.	Набивные мячи, скакалки, гимнастическое бревно, конь	Знают приёмы лазания по канату. Умеют выполнять стойку на двух и на одной ноге с закрытыми глазами.	Строевые упражнения. В колонне по одному на указанные ориентиры. Ходьба, бег с заданиями. Комплекс ОРУ с мячами Лазанье по канату Сойка на двух и одной ноге с закрытыми глазами на бревне. Перелезание через коня, бревно. Игра “Прокати быстрее мяч”.	Комплекс упражнений на осанку
29	Лазанье по канату Ходьба по рейке гимнастической скамейки, бревну перешагивая, через набивные мячи.	Набивные мячи, скакалки, гимнастические скамейки, гимнастическое бревно, канат	Знают способы самоконтроля. Строевые упражнения. Умеют выполнять упражнения на координацию движений	Способы самоконтроля Строевые упражнения. В колонне по одному на указанные ориентиры. Ходьба бег с игровыми заданиями. Комплекс ОРУ с мячами Лазанье по канату Прыжки через длинную скакалку Ходьба по рейке гимнастической скамейки, бревну перешагивая, через набивные мячи. Игровые задания на гимнастическом бревне.	Лазанье по канату
30	Ходьба по рейке гимнастической скамейки, перешагивая через набивные	Набивные мячи, скакалки, гимнастические скамейки, гимнастическое	Знают способы лазания по канату. Умеют выполнять упражнения на координацию движений Освоили подвижные игры на совершенствование навыков в	Строевые упражнения. Команда «На два (четыре) шага разомкнись!» Ходьба бег с различными заданиями. ОРУ координационной сложности. Ходьба по рейке гимнастической скамейки,	Зачет Лазанье по канату

	мячи и их переноска. Лазанье по канату.	бревно, канат	прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	перешагивая через набивные мячи и их переноска. Лазанье по канату. Игра «Бой петухов».	
31	Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках. Гимнастическая полоса препятствий на формирование правильной осанки.	Набивные мячи, скакалки, гимнастическое скамейки, гимнастическое бревно, канат	Сформирован навык координации движений. Знают упражнения для формирования правильной осанки.	Строевые упражнения. Команда «На два (четыре) шага разомкнись!». ОРУ координационной сложности. Ходьба по бревну. Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках. Гимнастическая полоса препятствий на формирование правильной осанки и профилактике плоскостопия. Игра «Класс»	Зачет Ходьба по рейки гимнастической скамейки
32	Гимнастическая полоса препятствий на развитие физических качеств быстроты, силы, гибкости.	Набивные мячи, скакалки, гимнастическое скамейки, гимнастическое бревно, канат	Умеют выполнять ОРУ координационной сложности.	Строевые упражнения. В колонне по одному на указанные ориентиры. Команда «На два (четыре) шага разомкнись!». ОРУ координационной сложности. Гимнастическая полоса препятствий на развитие физических качеств быстроты силы, гибкости. Игра «Класс»	Гимнастическая полоса препятствий
33	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Игра «Мини-баскетбол»	Баскетбольные мячи, скакалки	Знают правила техники безопасности при занятиях физической культурой на улице на лыжах.	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Строевые упражнения. Повторение 2 четверть Ходьба, бег. Поднимание туловища. Специальные прыжковые упражнения. ОРУ в парах. Игры с ведением мяча Игра «Мини - баскетбол».	Прыжковые упражнения. ОРУ в парах.
34	Гигиена одежды и обуви. Игра «Мини-баскетбол»	Баскетбольные мячи, скакалки	Знают требования к одежде, обуви при занятиях физической культурой в зависимости от времени года места проведения занятий	Гигиена одежды и обуви. Строевые упражнения повторение 2 четверть. Ходьба, бег. Специальные прыжковые упражнения. ОРУ в парах. Поднимание туловища. Игры с ведением мяча. Игра «Мини - баскетбол».	Тестирование Поднимание туловища

35	Ступающий шаг без палок. Повороты на месте	Лыжный инвентарь	Знают, как правильно подобрать лыжи и лыжные палки. Умеют выполнять шаги и повороты на месте.	Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж. Построение с лыжами. Повороты на месте. Ступающий шаг без палок.	Шаги и повороты на месте
36	Ступающий шаг с палками. Повороты на месте	Лыжный инвентарь	Знают, как оказать первую помощь при обморожении.	Понятие обморожение. Первая помощь при обморожениях. Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж. Построение с лыжами. Повороты на месте. Ступающий шаг с палками. Игра "Попади в ворота"	Ступающий шаг с палками. Повороты на месте.
37	Скользящий шаг без палок. Повороты на месте	Лыжный инвентарь	Умеют подбирать лыжный инвентарь. Выполняют скользящий шаг без палок	Подбор лыжного инвентаря. Переноска и надевание лыж. Построение с лыжами. Повороты на месте. Скользящий шаг без палок. Игра "Попади в ворота" .	Скользящий шаг без палок.
38	Скользящий шаг с палками. Подъем лесенкой	Лыжный инвентарь	Проявляют координацию движений при выполнении передвижения на лыжах, поворотов, спусков и подъемов	Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья. Построение с лыжами. Повороты на месте. Скользящий шаг с палками. Подъем лесенкой. Игра «Салки».	Повороты на месте
39	Скользящий шаг с палками. Подъем лесенкой	Лыжный инвентарь	Умеют выполнять подъём лесенкой. Проявляют координацию движений при выполнении игр.	Повороты на месте. Скользящий шаг с палками. Подъем лесенкой. Игра «Салки». Игра "Кто быстрее взойдет в гору".	Скользящий шаг с палками
40	Попеременно двухшажный ход без палок. Подъем лесенкой	Лыжный инвентарь	Осваивать универсальное умение передвижения на лыжах. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявлять выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.	Скользящий шаг с палками. Попеременно двухшажный ход без палок. Подъем лесенкой. "Кто быстрее взойдет в гору".	Зачет Подъем лесенкой
41	Попеременно двухшажный ход без палок 1 км. Спуск с небольшого склона	Лыжный инвентарь	Умеют делать спуск с небольшого склона. Освоили скользящий шаг с палками.	Скользящий шаг с палками. Попеременно двухшажный ход без палок. Спуск с небольшого склона. Игра «Кто дальше скатится с горки».	Попеременно двухшажный ход без палок.

42	Попеременно двухшажный ход с палками Спуск с небольшого склона	Лыжный инвентарь	Умеют передвигаться на лыжах двухшажным ходом с палками и без палок. Проявляют координацию движений при выполнении игр.	Повороты на месте. Попеременно двухшажный ход без палок, с палками. Спуск с небольшого склона. Игра «Кто дальше скатится с горки»	Спуск с небольшого склона
43	Попеременно двухшажный ход с палками Подъем елочкой	Лыжный инвентарь	Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.	Повороты на месте. Попеременно двухшажный ход без палок, с палками. Подъем елочкой. Спуск со склона. Эстафеты на лыжах с палками и без палок.	Эстафета на лыжах с палками
44	Прохождение дистанции 1 км. Подъем елочкой.	Лыжный инвентарь	Проявляют координацию движений при выполнении передвижения на лыжах, поворотов, спусков и подъемов	Повороты на месте. Попеременно двухшажный ход без палок, с палками. Подъем елочкой. Спуск со склона. Игра «Кто быстрее взойдет в гору».	Попеременный двухшажный ход без палок
45	Прохождение дистанции до 1 км. Повороты переступанием.	Лыжный инвентарь	Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.	Построение с лыжами. Повороты на месте. Попеременно двухшажный ход с палками. Повороты переступанием. Дистанция 1 км на результат.	Повороты переступанием
46	Прохождение дистанции 1,5 км. Повороты переступанием.	Лыжный инвентарь	Применяют правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Переносить и надевать лыжный инвентарь.	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.	Повороты переступанием
47	Прохождение дистанции 1,5 км. Повороты переступанием	Лыжный инвентарь	Освоили универсальное умение передвижения на лыжах. Умеют выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Проявляют выносливость при	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км.	Повороты переступанием

			прохождении дистанций разученными способами передвижения.		
48	Дистанция 1 километр на результат. Эстафета на лыжах.	Лыжный инвентарь	Проявляют координацию движений при выполнении передвижения на лыжах, поворотов, спусков и подъемов	Построение на лыжах. Повороты переступанием. Дистанция 1 километр на результат. Эстафета на лыжах.	Дистанция 1 километр на результат.
49	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили основные приёмы закаливания. Знают технику ловли и передачи мяча в движении с параллельным смещением игроков	Приемы закаливания. Строевые упражнения повторение 2 четверть. Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков. Игра пионербол.	Ловля и передача мяча в движении
50	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков. Эстафеты с мячами	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили технику выполнения строевых упражнений	Строевые упражнения повторение 2 четверть. Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков. Эстафеты с мячами.	Прыжки через скакалку
51	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили подвижные игры на совершенствование навыков в прыжках, развитие скоростно-силовых способностей, ориентирование в пространстве.	Строевые упражнения повторение 2 четверть. Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков. Игра пионербол.	Броски мяча в кольцо
52	Преодоление полосы препятствий.	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили подвижные игры. Освоили подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	Строевые упражнения повторение 2 четверть. Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ в парах Преодоление полосы препятствий. Игра «Прокати быстрее мяч» Игра «Школа мяча»	Наклон вперед
53	Правила поведения на уроках физической культуры при	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили технику ходьбы различными способами. Различают разновидности ходьбы.	Правила поведения на уроках физической культуры при выполнении бега, прыжков. Ходьба, бег с заданиями. ОРУ в парах. Броски набивного мяча в цель.	Прыжки в длину с места

	выполнении бега, прыжков. Броски набивного мяча в цель.			Ведение мяча по прямой. Игра «Мини-баскетбол»	
54	Броски набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой шагом.	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили технику метания набивного мяча в цель. Знают правила игры в баскетбол, пионербол.	Строевые упражнения повторение 2 четверть. Ходьба, бег с заданиями. ОРУ в парах Челночный бег. 3 по 10 Броски набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой правой, левой рукой. Игра «Мини-баскетбол»	Поднимание туловища
55	Наклон вперед на результат. Ведение мяча бегом.	Набивные мячи, баскетбольные мячи, скакалки	Освоили технику выполнения прыжковых упражнений. Различают разновидности прыжковых упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.	Организация двигательного режима в течение дня. Ходьба с заданиями. Равномерный бег 4 мин. ОРУ со скакалкой. Наклон вперед. Ведение мяча бегом с игровыми заданиями. Игра «Мини-баскетбол».	Тестирование Наклон вперед
56	Поднимание туловища на результат Броски мяча в щит, кольцо	Набивные мячи, баскетбольные мячи	Освоили приёмы бросков мяча в щит, кольцо. Знают правила игры в баскетбол.	Ходьба, бег с чередованием разновидностей прыжков. Ведение мяча бегом с игровыми заданиями. Броски мяча в щит, кольцо. Игра «Мини-баскетбол». Поднимание туловища	Тестирование Поднимание туловища
57	Прыжки в длину с места на результат. Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега.	Набивные мячи, баскетбольные мячи, скакалки	Освоили технику выполнения прыжковых упражнений. Различают разновидности прыжковых упражнений. Соблюдают правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.	Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. ОРУ со скакалкой. Прыжки в длину с места на результат Прыжки в высоту с 4-5 шагов. Игра «Зайцы в огороде»	Тестирование Прыжки в длину с места
58	Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	Набивные мячи, баскетбольные мячи, скакалки	Умеют взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр	Признаки утомления и что нужно делать. Ходьба, бег с чередованием разновидностей прыжков. ОРУ в кругу. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу на результат. Прыжки через длинную вращающуюся скакалку. Прыжки в высоту с разбега. Игра «Прыгающие воробушки»	Тестирование Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

59	Прыжки в высоту с разбега. Челночный бег.	Набивные мячи, скакалки	Освоили технику выполнения прыжков с поворотом на 180°	Ходьба с заданиями. Равномерный бег 4 мин. ОРУ в кругу. Челночный бег. Прыжки с поворотом 180°. Прыжки через длинную вращающуюся скакалку. Прыжок в высоту с разбега 4-5 шагов. Эстафеты.	Зачет Прыжки в высоту с разбега
60	Высокий старт Прыжки по ориентирам.	Скакалки, набивные мячи	Освоили прыжки по заданным ориентирам. Знают разновидности бега.	Ходьба, бег с изменением направления. ОРУ в движении. Прыжки с поворотом 180°. Высокий старт. Ускорение до 30 метров Прыжки по заданным ориентирам. Игра «Охотники и утки»	Ускорение 3 по 20 метров
61	Бег 30 метров с высокого старта. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель.	Набивные малые мячи	Умеют взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Соблюдают дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр	Техника безопасности при метаниях мяча. Ходьба, бег с изменением направления. ОРУ в движении. Бег с высокого старта 30 метров на результат. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Игра «Охотники и утки»	Зачет Бег с высокого старта 30 метров
62	Прыжок в длину с разбега. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель.	Набивные малые мячи	Освоили технику выполнения прыжков в длину с разбега. Освоили двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Принимают адекватные решения в условиях игровой деятельности. Проявляют быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Ходьба, бег с изменением направления. ОРУ в движении. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Прыжки в длину с разбега. Игра «Русская лапта»	Челночный бег
63	Прыжок в длину с разбега. Метание мяча на дальность	Набивные малые мячи	Освоили технику метания малого мяча. Соблюдают правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявляют силу, быстроту и координацию движений при метании малого мяча.	Ходьба, бег с различными заданиями. ОРУ в движении. Метание малого мяча на дальность. Челночный бег 3x5 м, 3x10м Прыжки в длину с разбега. Игра «Русская лапта»	Зачет Метание малого мяча на дальность
64	Прыжок в длину с разбега. Шестиминутный бег	Набивные малые мячи, скакалки, обручи	Освоили подвижные игры на совершенствование и закрепление навыков скоростных способностей и способности к ориентированию в пространстве.	Ходьба, бег с различными заданиями. ОРУ в кругу. Метание малого мяча на дальность. Бег с ускорением от 10 до 20 мин. Шестиминутный бег. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра	Зачет Прыжки в длину с разбега

				«Вызов номеров».	
65	Бег 1000 метров на результат	Футбольные мячи, баскетбольные мячи	Освоили навык игровой деятельности с различными спортивными предметами. Знают правила игры	Понятие «Физическая нагрузка». Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Бег 1000 метров на результат. Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта»	Преодоление естественных препятствий
66	Эстафета с передачей эстафетной палочки. Бег 1000 метров	Баскетбольные мячи, эстафетная палочка	Умеют принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.	Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Эстафета 8x50м с передачей эстафетной палочки. Преодоление полосы препятствий. Бег 1000 метров .Игра «Мини-футбол»,«Русская лапта»	Тестирование Бег 1000 метров на результат
67	Преодоление полосы препятствий	Набивные малые мячи, скакалки, обручи, футбольный мяч	Умеют преодолевать естественные препятствия. Соблюдают технику безопасности при преодолении препятствий.	Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Преодоление полосы препятствий Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта»	Преодоление полосы препятствий
68	Правила безопасности при купании в естественных водоемах.	Набивные малые мячи, скакалки, обручи, футбольный мяч	Знают правила поведения на водоёмах. Умеют оказывать первую помощь.	Правила безопасности при купании в естественных водоемах. Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Эстафеты с предметами. Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта»	Эстафеты с предметами



«Утверждаю»

Директор МБОУ
ОСОШ №1

/ Корчагина Л.С./
от « 8 » _____ 2017г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР
МБОУ ОСОШ №1

/ Степанова М.В./
« 7 » _____ 2017г.

Рассмотрено

на заседании МО

Протокол № 1

от « 04 » _____ 2017г.

Руководитель МО _____

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по физической культуре

Класс 3

Учитель Карнаухова Людмила Павловна

Количество часов всего 68 , в неделю 2 час

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Примерной основной образовательной программы начального общего образования, авторской программы по физическому воспитанию 1-4 класс (авт. доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич), основной образовательной программы начального общего образования МБОУ ОСОШ №1.

Программа: Комплексная программа физического воспитания учащихся. Программы образовательных учреждений 1-11 классы. Для учителей общеобразовательных учреждений. Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А.Зданевич, 7-е издание. М.: Просвещение, 2014 год.

Учебник:

Физическая культура 1 – 4 классы В.И.Лях, А.А.Зданевич. Издательство «Просвещение», 2012

Методическое обеспечение:

Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам всероссийским, региональным, городским, районным, школьным. Методическое пособие / авт. - сост.: П.А.Киселев, С.Б.Киселева. М.: "Глобус", 2008г. 320с.

Программу составил (а)


(подпись)


(расшифровка подписи) Карнаухова Л.П.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования основана на программе по предметной линии учебников В.И. Ляха и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура. 1 – 4 классы» (М.: Просвещение).

При создании данной программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

Цель обучения – формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Общая характеристика учебного предмета.

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными-половыми особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально-климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- на достижение межпредметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и

умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Результаты освоения предмета «Физическая культура»

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требования её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками, взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательной . действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибки способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;

- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю час- игры пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Место курса

На курс «Физическая культура» в 3 классе отводится 68 часов, по 2 часа в неделю. В начале и в конце учебного года учащиеся сдают 6 контрольных упражнений (тесты) для определения развития уровня физической подготовленности и физических способностей в отдельности в зависимости от возраста и пола. Тесты принимаются в виде зачетов на уроках и заносятся в протоколы.

Содержание тем учебного курса

Знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, 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, волейбол, 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: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с попеременным двухшажным.

Поворот переступанием.

Подвижные игры

Методическое обеспечение

- Лях В.И. Физическая культура: учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. – М.: Просвещение, 2011.
- Примерные программы по учебным предметам. Начальная школа: стандарты второго поколения в 2 ч. Ч. 2. – М.: Просвещение, 2011.

Календарно – тематическое планирование предметной линии «Физическая культура»

в 3 классе 2 часа в неделю - 68 часов в год

В. И. Лях: Учебник «Физическая культура. 1—4 классы» М.: Просвещение, 2013

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты	
				универсальные учебные действия	предметные знания
1	Правила техники безопасности на уроках физической культуры. Содержание комплекса утренней зарядки. Подвижная игра «Салки-догонялки»	1	Как вести себя на уроках? Цели: напомнить правила поведения на уроках; учить слушать и выполнять команды	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Регулятивные: планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Научатся: - выполнять действия по образцу, соблюдать правила техники безопасности на уроках физической культуры, выполнять комплекс УГГ
2	Совершенствование строевых упражнений, прыжка в длину с места. Развитие выносливости в медленном двухминутном беге. Подвижная игра «Ловишка»	1	Что такое строй, шеренга, колонна? Какой должна быть спортивная форма? Цели: развивать умение выполнять команды, выносливость в беге; учить правильной технике прыжков в длину с места	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться	Научатся: - самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики; - технически правильно отталкиваться и приземляться
3	Развитие координации движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Развитие скорости в беге с высокого старта на 30 м. Игра «Салки с домом»	1	Где и как выполняется построение в начале урока? Цели: закрепить навык построения в шеренгу, колонну, положение высокого старта, бег на 30 м	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию	Научатся: - выполнять организующие строевые команды и приемы; - разминаться, применяя специальные беговые упражнения

				<p>партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности; осуществляют самоанализ и самоконтроль результата</p>	
4	<p>Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 x 10 м. Разучивание игры «Ловишка с лентой»</p>	1	<p>Что такое челночный бег? Корректировка техники бега. Каковы организационные приемы прыжков? Цели: учить правильной техникебега</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> — выполнять легкоатлетические упражнения; - технически правильно держать корпус и руки при беге в сочетании с дыханием
5	<p>Объяснение понятия «пульсометрия». Развитие силы и ловкости в прыжках вверх и в длину с места. Подвижная игра «Удочка»</p>	1	<p>Как прыгать вверх на опору? Цели: учить выполнять легкоатлетические упражнения - прыжки вверх и в длину с места, соблюдая правила безопасности во время приземления</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять легкоатлетические упражнения; - технике движения рук и ног в прыжках вверх и в длину; - соблюдать правила взаимодействия с игроками

6	Обучение метанию на дальность с трех шагов разбега. Разучивание игры «Метатели»	1	Правила выполнения метания малого мяча (мешочка) на дальность с трех шагов разбега. Цели: учить правильной технике метания предмета	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения (метание с трех шагов); - выполнять правильное движение рукой для замаха в метании
7	Контроль за развитием двигательных качеств: метание малого мяча на дальность. Разучивание упражнений эстафеты «За мячом противника»	1	Правила метания малого мяча. Цели: совершенствовать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника и человека	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в метании и броске мяча; - соблюдать правила взаимодействия с игроками
9	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 мс высокого старта. Развитие координационных качеств посредством игр. Подвижная игра «Третий лишний»	1	Как правильно стартовать и финишировать в беге? Цели: развивать координационные способности, силу, скорость при выполнении беговых упражнений	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника; ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий легкоатлетическими упражнениями
10	Обучение разбегу в прыжках в длину. Развитие скоростно-силовых качеств мышц ног (прыгучесть) в прыжке в длину с прямого разбега	1	Прыжок в длину с разбега. Цели: развивать скоростно-силовые качества мышц ног в прыжках с разбега	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять разбег для прыжка в длину

11	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Развитие ловкости в игре со скакалкой «Пробеги с прыжком»	1	Скоростные и силовые качества. Цели: развивать скоростно-силовые качества в прыжках в длину с разбега и со скакалкой	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения и добиваться достижения конечного результата; - соблюдать правила взаимодействия с игроками
12	Правила безопасного поведения в зале с инвентарем и на гимнастических снарядах. Развитие координационных способностей посредством общеразвивающих упражнений. Разучивание игры «Догонялки на марше»	1	Правила безопасности в спортивном зале. Цели: развивать координационные способности в общеразвивающих упражнениях с гимнастическими палками	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий; - выполнять упражнения с гимнастическими палками на месте и в продвижении
13	Развитие внимания и координационных способностей в перестроениях в движении. Контроль за развитием двигательных качеств: подъем туловища за 30 секунд. Разучивание подвижной игры «Волна»	1	Развивать ориентировку в пространстве в перестроениях в движении. Цели: закрепить навык выполнения подъема туловища на время	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - правильно выполнять перестроения для развития координации движений в различных ситуациях; - соблюдать правила взаимодействия с игроками

14	Развитие гибкости, ловкости, координации в упражнениях гимнастики с элементами акробатики. Разучивание игры «Увертывайся от мяча»	1	Как технически правильно выполнять перекаты? Цели: закрепить навык выполнения простейших элементов акробатики: группировка, перекаты в группировке, упоры	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - технически правильно выполнять перекаты в группировке; - организовывать и проводить подвижные игры
15	Совершенствование выполнения кувырка вперед. Развитие скоростных качеств, ловкости, внимания в упражнениях круговой тренировки	1	Как правильно выполнять кувырок вперед? Цели: развивать координационные способности, учить контролировать физическое состояние при выполнении упражнений круговой тренировки	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации
16-18	Совершенствование выполнения упражнения «стойка на лопатках». Подвижная игра «Посадка картофеля»	1	Правила безопасного поведения на уроках гимнастики. Цели: учить выполнять упражнения со страховкой	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника	Научатся: - технически правильно выполнять «стойку на лопатках»; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями

	<p>Развитие координации в ходьбе противходом и «змейкой».</p> <p>Обучение лазанью по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку.</p> <p>Игра на внимание «Класс, смирно!»</p>		<p>Как развивать ловкость и координацию движений?</p> <p>Цели: учить перемещаться по гимнастической стенке с переходом на наклонную скамейку</p>	<p><i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполнять упражнения для развития ловкости и координации
19-20	<p>Ознакомление с видами физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные).</p> <p>Совершенствование кувырков вперед</p>	1	<p>Как составить комплекс упражнений для физкультминуток?</p> <p>Цели: учить понимать принципы построения физкультминуток; развивать координацию в кувырках вперед</p>	<p><i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p><i>Личностные:</i> понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться; раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно составлять комплекс упражнений физкультминутки; - технике движения рук и ног в кувырках
21	<p>Правила безопасности на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Обучение движению на лыжах по дистанции 1 км с переменной скоростью.</p> <p>Разучивание игры «Проехать через ворота»</p>	1	<p>Правила безопасного поведения на уроках лыжной подготовки.</p> <p>Цели: учить выполнять команды «Лыжи на плечо!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!», «Лыжи снять!», «Очистить от снега!», «Лыжи скрепить!»</p>	<p><i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технически правильно выполнять движение на лыжах с переменной скоростью; - выполнять команды по подготовке лыжного инвентаря

22	Совершенствование ходьбы на лыжах. Подвижная игра без лыж «Перестрелка»	1	Спортивная форма одежды для занятий лыжной подготовкой. Цели: закреплять навык ступающего и скользящего шага; учить ходьбе и поворотам на лыжах приставными шагами	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - самостоятельно подбирать форму одежды в соответствии с погодой; - передвигаться ступающим и скользящим шагом по дистанции
23	Совершенствование скользящего и ступающего шага на лыжах без палок. Развитие двигательных качеств, выносливости и быстроты в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км со средней скоростью	1	Как выполнять на лыжах обгон на дистанции? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - продвигаться по дистанции со средней скоростью; - выполнять обгон на дистанции

24	Обучение технике спусков и подъемов на склоне в низкой стойке без палок. Прохождение дистанции 1 км с раздельным стартом на время	1	Как правильно стартовать на лыжах? Цели: развивать выносливость и скоростно-силовые качества в ходьбе на лыжах	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - равномерно распределять свои силы в ходьбе на лыжах по дистанции 1 км; - выполнять обгон на дистанции
----	---	---	---	---	---

25	Обучение поворотам и приставным шагам при прохождении дистанции. Совершенствование спуска в основной стойке с торможением палками	1	Как пройти на лыжах дистанцию без потери времени? Цели: развивать координационные способности при поворотах и спусках на лыжах	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. S <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудо-любие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять шаги на лыжах различными способами при прохождении дистанции; - выполнять спуск и подъем на лыжах с палками
26	Разучивание различных видов торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без. Подвижная игра	1	Как провести разминку перед прохождением дистанции на лыжах? Цели: корректировка техники торможения и поворотов при спуске	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о рас-	Научатся: - корректировать технику торможения и поворотов при спуске на лыжах с палками и без

	«Кто дольше прокатится»		на лыжах с палками и без	пределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	
27	Совершенствование техники лыжных ходов. Обучение чередованию шагов и хода во время передвижения по дистанции на лыжах	1	Порядок действий при обгоне на лыжах. Цели: учить чередованию шагов на лыжах; развивать скоростно-силовые качества	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - выполнять чередование шагов и хода на лыжах во время передвижения по дистанции

28	Обучение поворотам на лыжах «упором». Совершенствование подъема на лыжах. Разучивание игры «Подними предмет»	1	Как избежать столкновений при спуске с горки на лыжах? Цели: учить поворотам «упором». Развитие координационных способностей при спуске	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять на лыжах повороты «упором»
29	Совершенствование поворотов на лыжах на месте переступанием вокруг носков и пяток, поворотов «упором».	1	В каких случаях применяется торможение падением? Цели: развивать координационные способности при ходьбе на лыжах	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентиру-	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с поворотами различными способами;

	Обучение падению на лыжах на бок под уклон на месте и в движении. Разучивание игры «Затормози до линии»			ются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями
--	--	--	--	--	--

30	Совершенствование передвижения на лыжах с палками с чередованием шагов и хода во время прохождения дистанции 1000 м с раздельного старта на время. Разучивание игры «Охотники и олени»	1	Как распределять силы в движении на лыжах на большие дистанции? Цели: учить выполнять движение на лыжах по дистанции 1000 м на время; закреплять навык передвижения на лыжах различными способами	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - выполнять движение на лыжах по дистанции с чередованием шагов и хода
31	Ознакомление с понятием «физическая нагрузка» и ее влияние на частоту сердечных сокращений. Развитие выносливости в ходьбе на лыжах по дистанции 1500 м и выполнении подъема	1	Какие бывают способы подъема на склон? Цели: закреплять навык передвижения на лыжах при выполнении подъема	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - технически правильно выполнять на лыжах подъемы и спуски при прохождении дистанции
32	Развитие внимания, двигательных и координационных качеств посредством подвижных игр на лыжах и без лыж	1	Как самостоятельно проводить занятия по лыжной подготовке? Цели: развивать внимание, ловкость, координацию при выполнении игровых упражнений на лыжах	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками

33	Правила безопасности на уроках с мячами в спортивном зале. Совершенствование передачи мяча в парах. Подвижная игра «Охотники и утки»	1	Как избежать травмы на уроке физкультуры? Цели: закреплять навык выполнения бросков и ловли волейбольного мяча разными способами и точность при выполнении упражнений с мячом	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - выполнять упражнение по образцу учителя и показу лучших учеников; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий упражнениями с мячом
34 - 35	Совершенствование ловли высоко летящего мяча. Обучение умению взаимодействовать в команде во время игры в пионербол	2	Сколько передач выполняется в своей зоне? Цели: учить распределять роли игроков в командной игре	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - организовывать и проводить подвижные игры в помещении; - соблюдать правила взаимодействия с игроками
36	Совершенствование броска малого мяча в горизонтальную цель. Игра в мини-футбол	1	Как попасть в цель? Цели: развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений с мячом	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения в броске мяча в цель

37	Обучение упражнениям в равновесии на низком гимнастическом бревне. Совершенствование кувырков вперед и назад. Подвижная игра «Ноги на весу»	1	Правила безопасного выполнения упражнений на гимнастических снарядах. Цели: учить упражнениям на гимнастическом бревне; развивать внимание, ловкость, координацию	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнения для развития ловкости и координации
38	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см на носках, приставным шагом, выпадами. Совершенствование стоек на лопатках, голове, руках у опоры.	1	Как правильно перемещаться по бревну? Цели: учить ходить по гимнастическому бревну; закреплять навык выполнения различных стоек	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - выполнять ходьбу по гимнастическому бревну различными способами; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями

39-40	Развитие внимания, мышления, координационных качеств в упражнениях с гимнастическими палками. Разучивание упражнений в игре-эстафете с гимнастическими палками	2	Правила безопасного выполнения упражнений с гимнастическими палками. Цели: закреплять навык выполнения общеразвивающих упражнений в группе	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять упражнения для развития координации движений в различных ситуациях
-------	--	---	---	--	---

40-41	Обучение ходьбе по гимнастическому бревну высотой 80-100 см: повороты на носках, на одной ноге, повороты прыжком. Совершенствование упражнений акробатики. Игра с мячами «Передал - садись»	2	Как выполнять повороты на бревне? Цели: учить выполнять повороты на гимнастическом бревне различными способами; закреплять навык выполнения стойки на руках у стены со страховкой партнера	<p><i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся:</p> <p>- творчески подходить к выполнению упражнений и добиваться достижения конечного результата</p>
-------	---	---	---	--	---

42-43	Обучение упражнениям на гимнастическом бревне: приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях. Разучивание комбинации упражнений с акробатическими элементами. Подвижная игра «Веревочка под ногами»	2	Правила безопасного поведения на гимнастическом бревне. Цели: учить выполнять упражнения для развития равновесия, координации и добиваться правильного выполнения	<p><i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять упражнения на бревне (приседания, переходы в упор присев, в упор стоя на коленях)</p>
-------	--	---	---	--	--

44-46	Обучение лазанью по канату в три приема. Развитие координации посредством упоров на руках. Подвижная игра «Пустое место»	3	Правила безопасного выполнения лазанья по канату. Цели: развивать внимание, силу, ловкость при выполнении лазанья по канату	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями
47 -48	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок	3	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; прини-	Научатся: - выполнять упражнения для оценки

	в длину с места. Подвижная игра «Коньки-горбунки»		навык выполнения прыжка с места	мают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	динамики индивидуального развития основных физических качеств
--	--	--	---------------------------------	---	---

49-51	Обучение дыхательным упражнениям по методике А. Стрельниковой: «Ладошки», «Погончики», «Насос», «Кошка». Совершенствование упражнений акробатики. Подвижная игра «Волк и зайцы»	1	Значение дыхательных упражнений для укрепления здоровья. Цели: развивать мышцы, участвующие в процессе дыхания; закреплять навыки выполнения упражнений акробатики	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - технически правильно выполнять дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой
52	Контроль за развитием двигательных качеств: наклон вперед из положения стоя. Игра «Третий лишний»	1	Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения наклона вперед из положения стоя	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - выполнять упражнения для развития гибкости различными способами
53-54	Обучение гимнастике для глаз. Разучивание игровых действий эстафет с акробатическими упражнениями. Игра «Перетяжки»	1	Правила безопасного выполнения акробатических упражнений в эстафетах. Цели: учить выполнять гимнастику для глаз; выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - самостоятельно применять гимнастику для глаз в физкультминутках

55	Объяснение правил безопасности на спортивной площадке. Развитие выносливости в ходьбе, беге, прыжках, играх. Подвижная игра «Салки-догонялки»	1	Правила безопасного поведения на спортивной площадке. Цели: закреплять навыки выполнения упражнений на развитие выносливости различными способами	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями
56	Совершенствование техники высокого и низкого старта. Развитие скоростных качеств в беге с ускорением	1	При каких видах бега применяются низкий и высокий старты? Цели: совершенствовать технику низкого и высокого старта; развивать скоростные качества в беге с ускорением	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения; - распределять свои силы во время бега с ускорением
57	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Разучивание игровых действий эстафеты «Кто дальше прыгнет?»	1	Как выполняется прыжок в длину с разбега? Цели: закрепить навык прыжка в длину с разбега	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	Научатся: - выполнять прыжок в длину с разбега, соблюдая правила безопасного приземления

58	Контроль за развитием двигательных качеств: челночный бег 3 x 10 м. Совершенствование прыжков через низкие барьеры	1	Как развивать прыгучесть и координацию в беге с низкими барьерами? Цели: совершенствовать технику челночного бега, развивать скоростно-силовые качества в прыжках через барьеры	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - выполнять упражнения для развития прыгучести, быстроты, ловкости; - выполнять прыжки, соблюдая правила безопасного приземления
59	Развитие скоростных качеств в беге на 30 м с высокого и низкого старта. Разучивание упражнений полосы препятствий	1	Какова техника финиширования в беге? Цели: закрепить навык выполнения бега на короткую дистанцию, развивать скоростные качества в беге с препятствиями	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять бег на короткую дистанцию с учетом финиширования; - равномерно распределять свои силы во время бега с препятствиями
60	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 30 м. Объяснение правил безопасного поведения на спортивной площадке		Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: закрепить навык бега в равномерном темпе и с ускорением	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять бег на 30 метров, используя технику стартового ускорения и финиширования

61	Медленный бег до 1000 м. Метание теннисного мяча в цель и на дальность, развитие выносливости		Как распределять силы при длительном беге? Цели: учить правильной постановке рук и ног при метаниях	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - выполнять легкоатлетические упражнения - медленный бег до 1000 м; - выполнять метание теннисного мяча с правильной постановкой рук и ног
62	Контроль за развитием двигательных качеств: метание мешочка на дальность. Подвижная игра «За мячом противника»		Каковы правила выполнения метания? Цели: учить выполнять игровые действия и упражнения подвижных игр разной функциональной направленности	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - организовывать подвижные игры; - соблюдать правила взаимодействия с игроками
63	Медленный бег до 1000 м. Контроль пульса. Подвижная игра «Горячая картошка»		Как проводится подсчет пульса? Цели: учить выполнять подсчет пульса до занятий, после нагрузки, после восстановления	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - выполнять подсчет пульса до занятий и после нагрузки

64	Контроль за развитием двигательных качеств: бег на 1000 м. Игра в пионербол		Как работать над распределением сил на дистанции? Цели: учить бегу в равномерном темпе на длительное расстояние	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	Научатся: - равномерно распределять свои силы для завершения длительного бега; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса
65	Развитие выносливости в кроссовой подготовке. Совершенствование броска и ловли мяча. Игра в пионербол		Как чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге? Цели: учить чередовать ходьбу и бег в кроссовом забеге; совершенствовать навык броска и ловли мяча	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - равномерно распределять свои силы в кроссовом забеге; - оценивать величину нагрузки по частоте пульса
66	Контроль за развитием двигательных качеств: прыжок в длину с прямого разбега способом «согнув ноги». Подвижная игра «Вызов номеров»		Как вести контроль за развитием двигательных качеств? Цели: закреплять навык выполнения прыжка с прямого разбега	<i>Познавательные:</i> ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	Научатся: - технически правильно выполнять прыжок с разбега; - соблюдать правила взаимодействия с игроками

67	Контроль за развитием двигательных качеств: броски набивного мяча из-за головы. Разучивание игровых действий эстафет (бег, прыжки, метания)		<p>Развитие координационных способностей в эстафетах.</p> <p>Цели: выполнять командные действия в эстафете для закрепления учебного материала</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильно передавать эстафету в различных ситуациях
68	Подведение итогов учебного года		<p>Как использовать полученные в процессе обучения навыки?</p> <p>Цели: закреплять умения и навыки правильного выполнения основ-ых видов движений; осуществлять подвижные игры для развития двигательных качеств</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - называть игры и формулировать их правила; - организовывать и проводить подвижные игры в помещении и на улице