Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная
Ш К О Л А № 2 7 7
Кировского района Санкт-Петербург, 198215, пр. Ветеранов, д.14. тел/факс (812) 377-36-05,
e-mail: Sc277@Kirov.spb.ru, ИНН: 7805149292 КПП 780501001

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ГБОУ СОШ № 277
Санкт-Петербурга
Протокол № 1
от «27» августа 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБОУ СОШ № 277
Санкт-Петербурга
/О.Н.Тарасова/
«30» августа 2019 г.
Приказ № 307 - ОД

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
3а класс

Учитель

Елагин Роман Александрович

Санкт-Петербург
учебный год 2019 – 2020

I. Пояснительная записка

Правовая основа разработки и утверждения рабочих программ

Федеральный уровень

Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

Федеральный государственный образовательный стандарт ООО (Приказ Минобрнауки РФ № 1897 от 17.12.2010).

Федеральный базисный учебный план (приказ Министерства образования РФ от 9.03.2004 № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» с учетом внесенных изменений приказами Минобрнауки России: от 20 августа 2008 года N 241, от 30 августа 2010 года N 889, от 3 июня 2011 года N 1994, от 1 февраля 2012 года N 74).

Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373 (далее – ФГОС начального общего образования) (за исключением I-IV классов образовательных учреждений, участвующих в апробации ФГОС обучающихся с ОВЗ)

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 №1015 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по основным образовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

Приказ Министерства образования и науки РФ от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»

Приказ Министерства просвещения РФ от 28.12.2018 №345

О ФЕДЕРАЛЬНОМ ПЕРЕЧНЕ УЧЕБНИКОВ, РЕКОМЕНДУЕМЫХ К ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ИМЕЮЩИХ ГОСУДАРСТВЕННУЮ АККРЕДИТАЦИЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ПРОГРАММ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО, ОСНОВНОГО ОБЩЕГО, СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ.

Примерная основная образовательная программа ООО.

Примерные программы по учебным предметам федерального базисного учебного плана для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования.

Примерные программы по учебным предметам, созданные на основе ФГОС.

СанПиН 2.4.2. 2821 – 10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189, зарегистрированы в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19993);

Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (утверждены приказом Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106, зарегистрированы в Минюсте России 2 февраля 2011 г., регистрационный номер 19676)

Локальный уровень

Основная образовательная программа основного общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 277 Кировского района Санкт-Петербурга (ГБОУ СОШ № 277).

Положение о структуре, порядке разработки и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) (Приказ об утверждении № 254-ОД от 20.09.2016).

Приказ руководителя ГБОУ СОШ № 277 об утверждении Рабочей программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) (Приказ № 307 - ОД от 30.08.2019).

Учебный план основной образовательной программы начального общего образования

Учебный план адаптированной основной образовательной программы начального общего образования

Учебный план основной образовательной программы ООО, реализующий ОП ООО в соответствии с требованиями ФГОС ООО (5-9 классы) ГБОУ СОШ № 277.

Учебный план адаптированной основной образовательной программы ООО для детей с тяжелыми нарушениями речи, ГБОУ СОШ № 277.

Учебный план образовательной программы среднего (полного) общего образования (10-11 классы) ГБОУ СОШ № 277.

Учебно-методический комплекс ГБОУ СОШ № 277 на 2019-20 уч. г.

Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях.
Данные рабочие программы составлены для обучения учащихся, на основе «Комплексной программы физического воспитания учащихся I – XI классов», авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. Москва «Просвещение», 2009 год, предметная линия учебников В.И. Ляха, М.Я. Виленского, А.А. Зданевича.
Данные учебники написаны в соответствии с федеральным компонентом Государственного образовательного стандарта общего образования и Комплексной программой физического воспитания учащихся 1- 11 классов .

В учебник включены теоретические сведения об основах физической культуры, обязательный учебный материал по спортивным играм, легкой атлетике, гимнастике, развитию физических качеств.

Целью физического воспитания школьников является :
Содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

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.

Учебный процесс направлен на формирование *устойчивых мотивов и потребностей* обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- укрепление здоровья, обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;

развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

- формирование культуру движений, обогащать двигательный опыт физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;

- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта, их истории и современном развитии;

- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности;

- получение представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре;

- обучение приемам самоконтроля.

После каждого параграфа приводятся вопросы для самоконтроля, что позволяет проверить степень усвоения пройденного материала.

Данная рабочая программа включает в себя содержание основных знаний в области физической культуры, составляющих целостную систему физического воспитания в общеобразовательной школе.

Особое место в содержании каждого урока уделяется формированию

- основ знаний о личной гигиене,
- знаний о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма,
- развития волевых и нравственных качеств,
- представлений о физической культуре личности,
- приемов самоконтроля.

Формы организации образовательного процесса характеризуются разнообразными уроками физической культуры и самостоятельными занятиями физическими упражнениями.

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

На уроках *с образовательно-познавательной направленностью* обучающихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий, с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-обучающей направленностью используются по преимуществу для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных игр. На этих уроках обучающиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств. Помимо целенаправленного развития физических качеств, на уроках с образовательно-тренировочной направленностью необходимо формировать у обучающихся представления о физической подготовке и физических качествах, физической нагрузке и ее влиянии на развитие систем организма. Также на этих уроках обучают способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной.

Для детей с ограниченными возможностями нагрузка должна определяется лечащим врачом и строго регламентироваться или вестись под наблюдением врача.

Программа для 3 класса рассчитана на 102 часа (3 ч в неделю)

Планируемые личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностными результатами освоения обучающимися программы по физической культуре являются:

1) Осознание физической культуры, как необходимого элемента здоровой жизни, устойчивый интерес к овладению новыми двигательными навыками и умениями, знаниями о физической культуре, спорте и здоровом образе жизни.
2) Овладение базовыми навыками, умениями и знаниями в гимнастике, строевых упражнениях, легкой атлетике, кроссовой подготовке, плавании, спортивных играх.

Метапредметными результатами освоения обучающимися программы по физической культуре являются:

1) Овладение навыками и знаниями общей гигиены тела.
2) Потребность в самостоятельном поиске и реализации физкультурной деятельности.
3) способность к быстрому и адекватному восприятию информации.
4) высокий уровень общефизической выносливости.
5) способность к долговременной концентрации внимания.
6) умение быстро переключаться между видами деятельности.

Предметными результатами освоения обучающимися программы по физической культуре являются:

1) Умение эффективно выполнять задания в индивидуальном порядке, малых и больших группах
2) Умение выполнять необходимые минимумы в спортивных дисциплинах: гимнастике, легкой атлетике, плавании, спортивных играх, кроссовой подготовке.
3) Овладение базовыми знаниями о истории физической культуры и спорта мира и нашей страны.
4) Умение самостоятельно подготовиться к проведению урока в различных условиях (спортивный зал, бассейн, стадион)

2.Содержание программы.

1.Основы знаний о физической культуре:

- Здоровье и развитие человека.
- Строение тела человека и его положение в пространстве.
- Работа органов дыхания и сердечно-сосудистой системы.
- Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

2. Подвижные игры:

- Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация.
- Правила поведения и безопасность.
- Игры на развитие преимущественно скоростно-силовых способностей
- Игры на развитие преимущественно координационных способностей
- Игры на развитие преимущественно психомоторных способностей

3. Гимнастика с элементами акробатики:

- Название снарядов и гимнастических элементов.
- Правила безопасности во время занятий.
- Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки.
- Значение напряжения и расслабления мышц.
- Стойки, седы, висы, махи, вращения
- Группировка и перекаты
- Упражнения с гимнастическими снарядами

4. Легкоатлетические упражнения:

- Понятия *короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость;*
- названия метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и высоту.
- Техника безопасности на занятиях.

- Бег 30 м с высокого старта с опорой на руку.
- Прыжок в длину с места.
- Сгибание рук в висе лежа, количество раз.
- Бег 1000 м.
- Челночный бег 3х10 м

Учебно-тематический план

3 класс		
1.	Основы знаний о физической культуре.	В процессе урока
2.	Подвижные игры	17
3.	Гимнастика с элементами акробатики	26
4.	Легкая атлетика и кроссовая подготовка	43
5.	**Вариативная часть** Подвижные игры с элементами баскетбола	16

Критерии (нормы) оценивания.

Для оценки достижений учащихся применяется 5 балльная система оценивания. Проверка и оценка знаний проходит в ходе текущих занятий в виде выполнения контрольных нормативов и технических элементов.

Оценка выполнения контрольных нормативов и технических элементов

Оценки по выполнению контрольных нормативов выставляются в соответствии с данными специальной таблицы.

Технические элементы:

Оценка «5» выставляется в том случае, если задание выполнено полностью, легко и свободно, без ошибок.

Оценка «4» выставляется в том случае, если есть одна или две незначительных ошибки

Оценка «3» выставляется в том случае, если есть 3 и более незначительных, или одна значительная ошибка.

Оценка «2» выставляется в том случае, если задание не выполнено, или допущены одна и более грубых ошибок

Освобожденные от уроков физкультуры по состоянию здоровья посещают и оцениваются на занятиях ЛФК

Программно-методическое обеспечение программы.

- Комплексная программа физического воспитания учащихся : 1-11 классов под руководством В.И. Ляха, А.А. Зданевича. – Издательство «Учитель», 2009.
- Рабочая программа к учебникам В. Я. Барышникова, А. И. Белоусова «Физическая культура» 1-4 классы. – «Русское слово - учебник», 2012.
- Тематическое планирование по 2-х и 3-х часовой программам. 1-11 классы/ сост. К.Р. Мамедов. – «Учитель» 2012.

.

Календарно-тематическое планирование

по физической культуре 3 класс

102 часа (3 раза в неделю).

21	№ недели, дата		Название разделов и тем	Основные вопросы	Виды деятельности учащихся	Формы контроля (стартовый, текущий, промежуточный, итоговый)	Использование компьютерного оборудования, программного обеспечения, дидактических средств, интернет-ресурсов, учебного оборудования, ЦОР и др.
	По прогр.	факт					

Формирование УУД учащихся по теме «Легкая атлетика и кроссовая подготовка»:

Личностные УУД

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом;
- нравственно-этическая ориентация

Регулятивные УУД:

- постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- предвосхищение результата и уровня усвоения;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;
- выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии

Познавательные УУД

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

Коммуникативные УУД

определение целей, функций участников, способов взаимодействия

1	2.09		Легкая атлетика и кроссовая подготовка 16 ч	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий. Бег с ускорением (30 м). Игра «Пятнашки». ОРУ. Инструктаж по ТБ		Стартовый	
2	4.09			Разновидности ходьбы. Ходьба	Уметь: правильно выполнять	Текущий	

				по разметкам. Бег с ускорением (60 м). Игра «Пятнашки». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационны х способностей	основные движения в ходьбе и беге; бегать с мак-симальной скоростью (до 60 м)		
3	6.09		Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолени-ем препятствий. Бег с ускорением 60 м).	Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с субмак-симальной скоростью (до 100 м)	Текущий	
4	9.09		Ходьба, бег	Иг-ра «Пустое место». ОРУ. Челночный бег. Раз-витие скоростных и координационны х спо-собностей			
5	11.09			Разновидности ходьбы. Бег с ускорением (60м). Игра «Вызов номеров». ОРУ. Развитие скоростных и координационны х способно-стей		Текущий	
6	13.09		Ходьба, бег	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с мес-та. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты.		Стартовый	
7	16.09		Ходьба, бег	Прыжок в длину с разбега в 5-8 шагов. ОРУ. Игра «К своим флажкам». Эстафеты. Челноч-ный бег. Развитие скоростных и координаци-онн ых способностей	Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с мак-симальной скоростью (до 100 м)	Текущий	
8	18.09		Прыжки	Прыжок с высоты (до 60 см). ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Эстафеты.		Текущий	

				Чел-ночный бег. Развитие скоростных и коорди-национн ых способностей			
9	20.09		Челночны й бег. Развитие скоростн ых и коор-динацион ных способнос тей	Метание малого мяча в горизонтальную цель (2 х 2 м) с расстояния 5-6 м. ОРУ. Эста-феты. Развитие скоростно-силовых способно-стей. Подвижная игра «Защита укрепления»		Стартовый	
10	23.09		Прыжки	Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2х2 м) с расстояния 5-6 м. Метание набивного мяча. ОРУ. Эста-феты. Развитие скоростно-силовых способ-ностей	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при-земляться в прыжковую яму на две ноги	Текущий	
11	25.09		Прыжки	Равномерный бег (4 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба -100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Раз-витие выносливости. Игра «Третий лишний»	Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при-земляться в прыжковую яму на две ноги	Стартовый	
12	27.09		Метание	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 50 м, ходьба -100 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Раз-витие выносливости. Игра «Третий	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Текущий	

				лишний»			
13	30.09		Метание	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Раз-витие выносливости. Игра «Пустое место»	Уметь: правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных положений	Текущий	
14	2.10		Кроссовая подготовка	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Раз-витие выносливости. Игра «Салки с выручкой»	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом	Текущий	
15	4.10		Кроссовая подготовка	Равномерный бег (8 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 60 л/, ходьба - 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Раз-витие выносливости. Игра «Рыбаки и рыбки»	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом	Стартовый	
16	7.10		Кроссовая подготовка	Равномерный бег (9 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м). Преодоление малых препятствий. ОРУ. Раз-витие выносливости. Игра «День и ночь»	Уметь: бегать в равномерном темпе (до 10 мин); чередовать ходьбу с бегом	Текущий	
17	9.10		Кроссовая подготовк	Эстафета, передача эстафетной		Текущий	

			а	палочки. ОРУ с предметами.			
18	11.10		Кроссовая подготовка	Эстафета, передача эстафетной палочки. ОРУ с обручами.		Текущий	
19	14.10		Кроссовая подготовка	Эстафета, передача эстафетной палочки. ОРУ на шведской стенке.		Текущий	
20	16.10		Кроссовая подготовка	Бег со сменой направления. Подвижная игра "Чай-чай, выручай"		Текущий	
21	18.10		Кроссовая подготовка	Бег со сменой направления. Подвижная игра "Вышибалы"		Текущий	
22	21.10		Кроссовая подготовка	Бег со сменой направления. Подвижная игра "День и ночь"		Текущий	
23	23.10		Кроссовая подготовка	Челночный бег. Развитие скоростно-силовых способностей		Текущий	
24	25.10		Кроссовая подготовка	Челночный бег. Развитие выносливости		Текущий	
25	6.11		Кроссовая подготовка	Челночный бег. Развитие гибкости.		Текущий	

Формирование УУД учащихся по теме «Гимнастика»:

Личностные УУД

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом;
- нравственно-этическая ориентация

Регулятивные УУД:

- постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- предвосхищение результата и уровня усвоения;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;
- выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит

усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;

- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии

Познавательные УУД

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

Коммуникативные УУД

определение целей, функций участников, способов взаимодействия

26	6.11		Гимнастика.	Упражнения на гимнастических матах. Упражнения со скакалкой.		Текущий
27	8.11		гимнастика гимнастика	Упражнения на гимнастических матах. Упражнения со скакалкой.		Текущий
28	11.11		гимнастика	Упражнения на гимнастических матах. Упражнения с гимнастической палкой		Текущий
29	13.11		гимнастика	Упражнения на гимнастических матах. Упражнения с гимнастической палкой		Текущий
30	15.11		гимнастика	Упражнения на шведской стенке. ОРУ в группах		Текущий
31	18.11		гимнастика	Упражнения на шведской стенке. ОРУ в группах		Текущий
32	20.11		гимнастика	Упражнения на гимнастических скамейках. ОРУ с предметами в парах		Текущий
33	22.11		гимнастика	Упражнения на гимнастических скамейках. ОРУ с предметами в парах		Текущий
34	25.11		гимнастика	Подготовительные упражнения на гимнастическом козле - разбег, напрыжка		Текущий
35	27.11		гимнастика	Подготовительные упражнения на		Текущий

				гимнастическом козле - разбег, напрыжка			
36	29.11		гимнастика	Подготовительные упражнения на гимнастическом козле - отталкивание от мостика ноги врозь		Текущий	
37	2.12		гимнастика	Подготовительные упражнения на гимнастическом козле - отталкивание от мостика ноги врозь		Текущий	
38	4.12		гимнастика	Подготовительные упражнения на гимнастическом козле - соскок в сторону.		Текущий	
39	6.12		гимнастика	Подготовительные упражнения на гимнастическом козле - соскок в сторону.		Текущий	
40	9.12		гимнастика	Прыжок на гимнастическом козле с соскоком в сторону.		Текущий	
41	11.12		**гимнастика**	Строевая подготовка. Перекаты и группировка с опорой. 2-3 кувырка вперед.	*Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и комбинации	Текущий	
42	13.12		Строевые упражнения	Строевая подготовка. Перекаты и группировка с опорой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках	*Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Стартовый	
43	16.12		Строевые упражнения, акробатика	Строевая подготовка. Перекаты и группировка с опорой. 2-3	*Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические	Текущий	

				кувырка вперед. Мост стоя	элементы раздельно и в комбинации		
44	18.12		Строевые упражнения, акробатика	Строевая подготовка. Перекаты и группировка с опорой. Кувырок, мост, стойка на лопатках.	*Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Текущий	
45	20.12		Строевые упражнения, акробатика	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга	*Уметь:* выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Текущий	
46	23.12		Строевые упражнения, акробатика	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга	*Уметь:* выполнять висы, подтягивания в висе	Стартовый	
47	25.12		Строевые упражнения, акробатика	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Висы	*Уметь:* выполнять висы, подтягивания в висе	Текущий	
48	27.12		Строевые упражнения, акробатика	Вис стоя и лежа. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе.	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе	Текущий	
49	13.01		Строевые упражнения, акробатика	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ.	***Уметь:*** выполнять висы, подтягивания в висе	Текущий	
50	15.01		Строевые упражнения, акробатика, гимнастика	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ.	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	
51	17.01		Строевые упражнения, акробатика, гимнастика	Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ.	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	
52	20.01		Строевые упражнения, акробатика, гимнастика	ОРУ с предметами. Подвижная игра «Отгадай, чей голосок». Развитие силовых способностей	***Уметь:*** лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	

				лежа на спине.		
53	22.01		Строевые упражнения, акробатика, гимнастика	Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке.	***Уметь:*** лазать по гимнастической стен-ке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий
54	24.01		Строевые упражнения, акробатика, гимнастика	Упражнения в упоре лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами.	*Уметь:* лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий

Формирование УУД учащихся по теме «Подвижные игры»:

Личностные УУД

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом;
- нравственно-этическая ориентация

Регулятивные УУД:

- постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- предвосхищение результата и уровня усвоения;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;
- выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии

Познавательные УУД

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

Коммуникативные УУД

определение целей, функций участников, способов взаимодействия

55	27.01		**Подвижные игры 13 ч**	ОРУ. Игры «К своим флажкам», «Два мороза».	*Уметь:* играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий
56	29.01		Подвижные игры, эстафеты	ОРУ. Игры «Прыгуны и пятнашки», «Невод».	*Уметь:* играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Стартовый

				Эстафеты.			
57	31.01		Подвижные игры, эстафеты	ОРУ. Игры «Гуси-лебеди», «Посадка картошки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	*Уметь:* играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий	
58	3.02		Подвижные игры, эстафеты	ОРУ. Игры «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч». Эстафеты.	*Уметь:* играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий	
59	5.02		Подвижные игры, эстафеты	ОРУ. Игры «Веревочка под ногами», «Вызов номера». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием		
60	7.02		Подвижные игры	ОРУ. Игры «Западня», «Конники-спортсмены».	***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий	
61	10.02		эстафеты	Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			
62	12.02		Подвижные игры, эстафеты	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий	
63	14.02		Подвижные игры, эстафеты	ОРУ в движении. Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий	
64	17.02		Подвижные игры	ОРУ. Игры «Птица в клетке», «Салки на одной ноге».	***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метанием	Текущий	
65	19.02		эстафеты	Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей			

66	21.02		Подвижные игры	ОРУ в движении. Игры «Лисы и куры», «Точный расчет».	***Уметь:*** играть в подвижные игры с бегом, прыжками,	Стартовый	
67	26.02		эстафеты	Эстафеты. Развитие скоро-стно-силовых способностей	метанием		

Формирование УУД учащихся по теме «Подвижные игры на основе баскетбола»:
Личностные УУД

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом;
- нравственно-этическая ориентация

Регулятивные УУД:

- постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- предвосхищение результата и уровня усвоения;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;
- выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии

Познавательные УУД

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- структурирование знаний;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

Коммуникативные УУД
определение целей, функций участников, способов взаимодействия

68	26.02		**Подвижные игры на основе баскетбола 16 ч.** Ловля, передача, броски	Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (мишень). ОРУ	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр	Текущий	
69	28.02		Ловля, передача, броски, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ.	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр	Текущий	

70	2.03		Ловля, передача, броски, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Попади в обруч».	*Уметь:* владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр	Текущий	
71	4.03		Ловля, передача, броски, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте. Броски в цель (мишень). ОРУ. Игра «Передал - садись».	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр	Текущий	
72	6.03		Ловля, передача, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой (левой) рукой.	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, передавать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; играть в мини-баскетбол	Стартовый	
73	11.03		Броски, подвижные игры с элементами баскетбола	Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Эстафеты.			
74	11.03		Ловля, передача, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, пере-давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг-рать в мини-баскетбол	Текущий	
75	13.03		Броски, игры с элементами баскетбола	Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Игра в мини-баскетбол.			
76	16.03		Ловля и передача, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение левой и правой рукой	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, пере-давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг-рать в мини-баскетбол	Текущий	
77	18.03		Броски, игры с элементами баскетбола	Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Мяч в корзину». Развитие координационных способностей			

78	20.03		Ловля и передача, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение левой и правой рукой	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, пере-давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг-рать в мини-баскетбол	Текущий	
79	30.03		Броски, игры с элементами баскетбола	Броски в цель (кольцо, щum, мишень). ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координационных способностей			
80	1.04		Ловля и передача, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение левой и правой рукой	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, пере-давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг-рать в мини-баскетбол	Текущий	
81	3.04		Броски, игры с элементами баскетбола	Броски в цель (кольцо, щит, мишень). ОРУ. Игра «Школа мяча». Развитие координацион-ных способностей			
82	6.04		Ловля и передача, ведение	Ловля и передача мяча в движении. Ведение левой и правой рукой	***Уметь:*** владеть мячом *(держать, пере-давать на расстояние, ловля, ведение, броски)* в процессе подвижных игр; иг-рать в мини-баскетбол	Текущий	
83	8.04		Броски, игры с элементами баскетбола	Броски в цель (кольцо, пиит мишень). ОРУ. Игра "Гонка мячей по кругу"			

Формирование УУД учащихся по теме «Легкая атлетика и кроссовая подготовка»:

Личностные УУД

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом;
- нравственно-этическая ориентация

Регулятивные УУД:

- постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что еще неизвестно;
- определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- предвосхищение результата и уровня усвоения;
- контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений от него;
- внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения ожидаемого результата действия и его реального продукта;
- выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, оценивание качества и уровня усвоения;
- саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии

Познавательные УУД

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- структурирование знаний;

• выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; **Коммуникативные УУД** определение целей, функций участников, способов взаимодействия							
84	10.04		**Легкая атлетика и кроссовая подготовка 19 ч** Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам.	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)*	Стартовый	
85	13.04		Ходьба, бег	Игра «Команда быстроногих». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей			
86	15.04		Ходьба, бег	Разновидности ходьбы. Ходьба с преодолением препятствий	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью *(до 60 м)*	Текущий	
87	17.04		Ходьба, бег, подвижные игры	Игра «Вызов номера». ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей			
88	20.04		Прыжки	Прыжки с поворотом на 180°. Прыжок с места. ОРУ. Игра «Волк во рву».	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при-земляться в прыжковую яму на две ноги	Текущий	
89	22.04		Эстафеты, бег	Эстафеты. Чел-ночный бег. Развитие скоростных и координационных способностей			
90	24.04		Прыжки, подвижные игры, бег	Прыжок в длину с разбега в 5-8 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов.	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при-земляться в прыжковую яму на две ноги	Текущий	
91	27.04		Прыжки	Прыжок в длину с разбега в 5-8 шагов. Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов. ОРУ.	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно при-земляться в прыжковую яму на две ноги	Текущий	
92	29.04		Бег, эстафеты, подвижные игры	Игра «Резиночка». Эстафеты. Челночный бег. Развитие скоростных и			

				координационных способностей			
93	29.04		Метание, эстафеты, подвижные игры	Метание малого мяча в горизонтальную мишень (2 х 2 м) с расстояния в 5-6 м. ОРУ. Эстафеты.	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Текущий	
94	6.05		Метание, эстафеты, подвижные игры	Метание малого мяча в вертикальную цель (2 х 2 м) с расстояния в 5-6 м. Метание на-бивного мяча.	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Текущий	
95	6.05		Метание, эстафеы	Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча.	***Уметь:*** правильно выполнять основные движения в метании; метать различные предметы и мячи на дальность с места и из различных положений	Текущий	
96	8.05		Кроссовая подготовка	Равномерный бег (5 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега	Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	Текущий	
97	13.05		Кроссовая подготовка	Равномерный бег (6 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега	Уметь: бегать в равномерном темпе (10 мин); чередовать ходьбу с бегом	Текущий	
98	13.05		Кроссовая подготовка	Равномерный бег (7 мин). ОРУ. Чередование ходьбы и бега		Текущий	
99	15.05		Резерв	Резерв			
100	18.05		Резерв	Резерв		Текущий	

101	20.05		Резерв	Резерв			
102	22.05		Резерв	Резерв		Текущий	

Приложение к рабочей программе (изменения в календарно-тематическом планировании)
Лист коррекции и внесения изменений

Дата		Форма коррекции (объединение тем, домашнее изучение + кр)	Причина коррекции (замена урока, болезнь учителя, праздничный день, отмена занятий по приказу)
Урок, требующий коррекции (пропущенный по причине)	Урок, содержащий коррекцию		
№25	№26(6.11)	Объединение тем	Корректировка на Начало года
№67	№68(26.02)	Объединение тем	Корректировка на начало года
№73	№74(11.03)	Объединение тем	Корректировка на начало года
№93	№92(29.04)	Объединение тем	Корректировка на начало года
№94	№95(6.05)	Объединение тем	Корректировка на начало года
№97	№98(13.05)	Объединение тем	Корректировка на начало года

Список литературы.

1. Физическая культура 1-4 классы. Лях В.И. «Просвещение» 2014.
2. Физическая культура 1-2 классы. Учебник. В.Я Барышников, А.И. Белоусов. «Русское слово - учебник». 2013.
3. Физическая культура 3-4 классы. Учебник. В.Я Барышников, А.И. Белоусов. «Русское слово - учебник». 2013.

Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы.

Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы. – «Учитель» - 2012 г.

Физическое здоровье школьника. Севастьянов А.И. «Педагогическое общество России».

Перечень WEB-сайтов для дополнительного образования по предмету.

Сайты с нормативными документами по образованию и методическими материалами:

- **http: //www.school.edu.ru –** Российский общеобразовательный портал;
- **http: //www.ed.gov.ru** – Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ;
- **http: //www.edu.ru –** Федеральный сайт Российского образования;
- **http: //www.edu.km.ru –** Образовательные проекты;
- **http: //www.ict.edu.ru –** Информационно-коммуникационные технологии в образовании;
- **http: //www.festival.1september.ru –** Сайт педагогических идей «Открытый урок»;
- **http: //www.vestniknews.ru –** Журнал «Вестник образования России»;
- **http: //www.fio.ru –** Сайт Федерации Интернет-образования России;
- **http: //www.sputnik.mto.ru –** Спутниковый канал единой образовательной информационной среды;
- **http: //www.eurekanet.ru –** Инновационная образовательная сеть;
- **http: //www.mediaeducation.ru** – Лаборатория ТСО и медиаобразования института содержания и методов образования РАО;
- **http: //www.pedlib.ru –** Сайт педагогической библиотеки;
- **http: //www.profile-edu.ru –** Профильное обучение в старшей школе;
- **http: //www.int-edu.ru –** Каталог образовательных ресурсов, методические материалы.

Ссылки на образовательные ресурсы Интернета по физической культуре:

http://www.itn.ru/communities.aspx?cat_no=22924&lib_no=32922&tmpl=lib сеть_творческих_учителей/сообщество_учителей_физ.культуры

http://www.trainer.h1.ru/ - сайт_учителя_физ.культуры

http://zdd.1september.ru/ - газета "Здоровье детей"

http://spo.1september.ru/ - газета "Спорт в школе"

http://www.pfo.ru — Сайт Приволжского федерального округа

http://www.sportreferats.narod.ru/ Рефераты на спортивную тематику.

http://www.infosport.ru/press/fkvot/ - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

http://tpfk.infosport.ru – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры

http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

http://festival.1september.ru/ - Фестиваль пед.идей «Открытый урок»

http://kzg.narod.ru/ - Журнал «Культура здоровой жизни»