

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение – средняя общеобразовательная школа с.Красное Знамя
Аркадакского района Саратовской области

«Рассмотрено»

Руководитель МО

 /Кострюков П.Н./

Протокол № 1 от

«29» августа 2016 г.

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

МБОУ –СОШ с.Красное Знамя

 /Кочанова О.Н./

«30» августа 2016г.

«Утверждаю»

Директор

МБОУ –СОШ с.Красное Знамя

 /Екатери^нушкина Н.Н./

«31» августа 2016г.



Рабочая программа

педагога

первой квалификационной категории

Коноплиной Татьяны Ивановны

по физической культуре

Принята на заседании

педагогического совета

протокол №1 от 31 .08.2016 г

2016-2017 учебный год

1. Пояснительная записка 3 класс.

Рабочая программа составлена на основе примерной программы начального общего образования, авторской программы по «Физической культуре» (Егоров Б.Б., Пересади́на Ю.Е.) 2010г., утверждённой МО РФ (Москва, 2010 г.), в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования (Москва, 2010 г.).

Программа рассчитана на 102 часа в 3-м классе из расчёта 3-х часов в неделю

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

Цель курса:

- формирование у учащихся основ здорового образа жизни;
- развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.
- Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:

Задачи курса:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

2.Общая характеристика учебного предмета.

Освоения учащимися содержания программы по физической культуре в 3 классе являются следующие умения:

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

3. Планирование результаты освоения предмета

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

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

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

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

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

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях

человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
 - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности

4.Содержание программного материала.

Задаётся в данной программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов:

«Знания о физической культуре»,

«Способы двигательной деятельности»

«Физическое совершенствование».

Раздел1. «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями 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 2. «Способы двигательной деятельности» содержит

представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Раздел 3.«Физическое совершенствование» (физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно оздоровительная деятельность) ориентирован на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает жизненно важные навыки и умения, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью.

Сохраняя определенную традиционность в изложении

практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами:

«Гимнастика с основами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки» и

«Плавание». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

№	Содержание	Количество часов
	I четверть(27 часов)	27
1	Знания о физической культуре(3 часа)	3
2	Способы физкультурной деятельности(3 часа)	3
3	Физическое совершенствование(2 часа)	2
4	Легкая атлетика(11 часов)	11
5	Подвижные игры (8 час)	8
	II четверть(21 час)	21
6	Спортивно-оздоровительная деятельность (2 часа).	2
7	Гимнастика с основами акробатики (19 часов)	19
	III четверть (30 часов)	30
8	Лыжная подготовка(19 часов). Замена на легкую атлетику и общеразвивающие упражнения.	19
9	Подвижные игры(11 часов)	11
	IV четверть (23 часа)	23
10	Легкая атлетика . Подвижные игры.(23 часа).	23
	Итого:	102

Календарно-тематическое планирование (3 класс)

№	Тема урока	Количество часов	дата	Корр.	Характеристика основных видов деятельности учащихся	Планируемые результаты (УУД)	Форма контроля	
							текущий	
			I четверть (27 часов)					текущий
			Знания о физической культуре(3 часа)					
1	Физическая культура. Т.Б.	1			Правила поведения в спортзале и на улице. Самоконтроль во время занятий физической культурой. Туризм. Первая помощь. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.	Знать правила поведения на уроках физкультуры	текущий	
2	Из истории физической культуры	1			История спорта и физической культуры через историю семьи.	Знать историю спорта и физкультуры	текущий	
3	Физические упражнения	1			Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств. Физическая нагрузка	Знать о пользе физической подготовки	текущий	
			Способы физкультурной деятельности(3 часа)					
4	Самостоятельные занятия	1			Составление режима дня. Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств; проведение оздоровительных мероприятий в режиме дня.	Уметь составлять режим дня, выполнять закаливающие процедуры	текущий	
5	Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью	1			Составление сравнительной таблицы (1–2–3 класс) с основными физиологическими показателями (рост, вес, объём груди, окружность головы и др.).	Уметь самостоятельно наблюдать за физическим развитием и подготовленностью	текущий	

6	Самостоятельные игры и развлечения	1			Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах). Соблюдение правил в игре.	Уметь играть по правилам, организовывать игру	текущий
Физическое совершенствование(2 часа)							
7	Физкультурно оздоровительная деятельность Комплексы физических упр.	1			Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.	Уметь выполнять комплексы упражнений для зарядки, на развитие физических качеств, гимнастику для глаз	текущий
8	Комплексы дыхательных упражнений	1					текущий
Легкая атлетика(11 часов)							
9	Повороты на месте. ТБ на уроках л/а, подвижных играх.	1			Медленный бег 400 и 800 м.Перестроение. Повороты на месте. Комплекс ОРУ. Правила подбора одежды на открытом воздухе. Спортивная игра футбол	Знать правила поведения на уроках л/а, п/и	текущий
10	Техника поворотов на месте. Комплекс ОРУ.	1					Уметь четко выполнять строевые команды, упражнения.
11	ОРУ в движении. Техника высокого старта.	1			Бег 3 мин.Техника высокого старта: Команды « на старт», «Внимание», «Марш»,Комплекс ОРУ .Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Спортивная игра футбол. Подвижная игра «Пустое место».	Уметь демонстрировать технику высокого старта	текущий
12	Техника высокого старта. Бег 30 м	1			Медленный бег 3 и 4 мин. Перестроение. Повороты на месте. Комплекс ОРУ техника высокого старта. Выполнение контрольного норматива. Взаимодействие со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов. Подвижные игры «Смена сторон»	Уметь пробегать 30 м с максимальной скоростью	текущий
13	Правила игры «Пионербол».П подвижные игры.					Знать и выполнять правила подвижных игр	текущий
14	Бег по пересеченной местности.	1			Бег 4 мин. Чередование бег с ходьбой. Преодоление горизонтальных препятствий. Комплекс ОРУ. Спортивная игра футбол. Подвижные игры: Пустое место.	Уметь бежать в равномерном темпе 4 мин, чередовать ходьбу сбегом.	текущий

	Подвижные игры.						
15	Развитие скоростных качеств. Бег 60 м	1			Медленный бег 500 м Перестроение. Комплекс ОРУ. Выполнение контрольного норматива. Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику. Спортивная игра футбол. Подвижная игра «Белые медведи».	Уметь пробегать 60 м с максимальной скоростью.	текущий
16	Бег до 3 мин с 2-3 ускорениями. Спортивная игра футбол. Подвижные игры.	1				Знать и выполнять правила игры футбол	текущий
17	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий.	1				Уметь бежать в равномерном темпе 4 мин., чередовать ходьбу с бегом.	текущий
18	Развитие скоростной выносливости. Бег 500 м	1			Медленный бег 200 м .Перестроение. Комплекс ОРУ. Игра «Передал – садись». Выполнение контрольного норматива: бег на скоростную выносливость. Ловля и передача мяча в движении Подвижные игры с элементами баскетбола. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приемов.	Уметь выполнять бег и ходьбу без остановок	текущий
19	Ловля и передача мяча в движении. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1				Уметь владеть мячом: держание, передача, ловля в процессе подвижных игр.	текущий
						Подвижные игры (8 час)	
20	Бег по пересеченной местности. Подвижные игры.	1			Бег 1000 м. (без учета времени) Развитие выносливости. Игра «Охотники и зайцы» Комплекс ОРУ. Подвижные игры «День и ночь».	Уметь демонстрировать общую выносливость	
21	Ведение мяча на месте правой и левой рукой, в	1			Медленный бег 200 м Перестроение. Комплекс ОРУ. Игра «Передал - садись». Ведение мяча на месте с изменением высоты соскока. Выполнение контрольного норматива.	Уметь выполнять ведение мяча на месте	текущий

	движении шагом. Подвижные игры с элементами баскетбола				Подвижные игры с элементами баскетбола «Овладей мячом»		
22	Развитие координационных качеств. Челночный бег 3*10 м	1				Уметь демонстрировать координационные способности	
23	Ведение мяча на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Подвижные игры	1				Уметь выполнять технические действия.	
24	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с места.	1			Медленный бег 4 мин. Перестроение. ОРУ. Выполнение контрольного норматива. Ведение мяча. Ловля и передача мяча. Подвижные игры «Гонка мячей по кругу», «Овладей мячом».	Уметь демонстрировать прыгучесть.	текущий
25	Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Подвижные игры с элементами баскетбола.	1				Уметь владеть мячом: держание, передача, ловля в процессе подвижных игр.	
26	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках и квадратах.	1				Уметь выполнять технические действия.	

27	Ведение мяча с изменением направления. Подвижные игры.	1			Ловля мяча двумя руками. Медленный бег 4 мин. Комплекс ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Подвижная игра «Космонавты», «Белые медведи»	Уметь выполнять технические приемы	текущий
					II четверть(21 час) Спортивно- оздоровительная деятельность (2 часа)		
28	Развитие силовых качеств. Подтягивание на перекладине , отжимание.	1			Медленный бег 4 мин. Перестроение. ОРУ. Выполнение контрольного норматива. Бросок двумя руками от груди. Спортивная игра мини-баскетбол	Уметь демонстрировать силовые качества	текущий
29	Бросок двумя руками от груди. Мини-баскетбол.	1				Уметь играть в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	текущий
					Гимнастика с основами акробатики (14 часов)		
30	Акробатика. Строевые упражнения. Т.Б.	1			Размыкание и смыкание приставными шагами. Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. Кувырок вперед, стойка на лопатках, согнув ноги. Кувырок в сторону. 2– 3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лёжа на спине. ОРУ. Подвижные игры. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ.	Уметь выполнять строевые упражнения кувырки, перекаты и группировку, акробатические упражнения Знать правила поведения на уроках акробатики, осваивать технику упражнений	текущий
31	Тест на гибкость. Гимнастическая полоса препятствий. Строевые упражнения	1					текущий
32	ОРУ в движении. Перекаты и группировка. Строевые упражнения	1					текущий
33	Разучивание	1					текущий

	акробатических упражнений. Строевые упражнения							
34	Поднимание туловища за 30 с. Прыжки через скакалку	1						
35	Акробатическое соединение. Прыжки через скакалку за 30 с	1					Уметь демонстрировать вариативное выполнение упражнения	текущий
36	Упражнения в висах и упорах	1				Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лёжа. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе. Упражнения в упоре лёжа на гимнастической скамейке. Упражнения в упоре лёжа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижные игры. Развитие силовых способностей.	Уметь выполнять упражнения в висе	
37	О.с-упор присев-упор лежа- упор присев- о.с. Учебная игра «мини-баскетбол»	1					Уметь ловко выполнять упражнение	текущий
38	Развитие силовых качеств. Бросок набивного мяча 1 кг	1					Уметь демонстрировать силовые качества.	текущий
39	ОФП у шведской стенки. Прыжки через скакалку за 30 с.	1					Уметь демонстрировать вариативное выполнение упражнения	текущий
41	Повторить упражнения в висах и упорах. ОРУ с обручами.	1					Уметь выполнять упражнения в висе.	текущий
41	Развитие	1					Уметь подбирать одежду и	

	силовых качеств. Подтягивание на перекладине. Отжимание.					обувь в соответствии с погодными условиями.		
42	Техника опорного прыжка	1			Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелазание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лёжа, подтягиваясь руками. Подвижные игры. Развитие координационных способностей.	Уметь выполнять опорный прыжок.	текущий	
43	Закрепление техники опорного прыжка	1						
44	Преодоление гимнастической полосы препятствий.	1				Уметь выполнять упражнения, соблюдая правила безопасности.	текущий	
45	Общая физическая подготовка. Подвижные игры	1				Уметь применять в игре технические приемы	текущий	
46	Лазание по наклонной скамейке.	1					текущий	
47	Развитие двигательных навыков. Подвижные игры	1					Уметь играть по упрощенным правилам	текущий
48	Подведение итогов. Подвижные игры	1					Уметь использовать подвижные игры в организации активного отдыха	текущий
						III четверть (30 часов) Лыжная подготовка (19 часов)		
	Т.Б. на уроках	1			Природные факторы закаливания -воздух, вода, солнце.	Уметь применять правила	текущий	

49	л/п. Температурный режим улицы.				Развивающие игры на воздухе	подбора одежды для занятий на улице		
50	Приставной шаг · Повороты на месте	1			Подбор спортивного инвентаря. Построение. Повороты на месте. Приставной шаг. Теория. «Понятие обморожение. Первая помощь при обморожениях. Игра “Попади в ворота”	Уметь подбирать спортивный инвентарь. Знать признаки обморожения.	текущий	
51	Ступающий шаг. Повороты на месте	1						
52	Скользкий шаг по снегу, льду. Повороты на месте	1						текущий
53	Скользкий шаг по снегу, льду.						текущий	
54	Развитие скоростно-силовых способностей	1			РУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Уметь самостоятельно распределять игры в группах	текущий	
55	· Спуски и подъемы на ледяную горку	1						
56	Спуски и подъемы на ледяную горку.	1						текущий
57	Подъем «лесенкой». Спуски с высокой горки. ТБ.	1					Уметь взаимодействовать со сверстниками в процессе совместной игры	текущий
58	Совершенствование техники подъема и спуска с ледяной горки	1					Уметь выполнять скоростно-силовые нормативы.	текущий
59	Контрольный	1					текущий	

	урок							
60	Совершенствование скоростно-силовых нормативов.	1			Эстафеты. Развитие координационных способностей.	Уметь моделировать способы координационные элементы в игре со сверстниками.	текущий	
61	Эстафеты. Развитие координационных способностей	1					текущий	
62	Развитие общей выносливости. Бег.	1			Пробег дистанции 1 км в свободном стиле. Подъем. Спуск с горки. Техника торможения. Свободное катание.	Развития физических качеств. Выполнение нормативов физической подготовки по бегу.	текущий	
63	Развитие общей выносливости. Бег.	1					Строевые упражнения повторение . Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.	текущий
64	Прохождение дистанции 1 км без учета времени.	1					Игра пионербол.	текущий
65	Прохождение дистанции 1 км без учета времени.	1						текущий
66	Эстафета	1					Повороты на месте.	
67	Подвижные игры в зимнее время года	1			Игры и развлечения в зимнее время года. Эстафета.	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной	текущий	
					Подвижные игры (11 часов)			
68	Подвижные игры с элементами	1			Строевые упражнения повторение . Ходьба, бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении.	текущий		

	спортивных игр. Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков.				Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков. Игра пионербол.	деятельности.	
69	Ловля и передача мяча в движении с параллельным смещением игроков. Эстафеты с мячами	1			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.	Уметь владеть мячом : держание, передачи, ловля, ведение броски в процессе подвижных игр. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	текущий
70	Ведение мяча в беге по прямой. Броски мяча в щит.	1			Ходьба и бег с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Ведение мяча в ходьбе. Ведение мяча в беге. Броски мяча в щит		текущий
71	Ведение мяча в ходьбе правой, левой рукой. Броски мяча в щит.	1			Поднимание туловища Игра Мини-баскетбол		текущий
72	Ловля и передача мяча в квадрате. Мини-баскетбол	1			Комплекс ОРУ с заданиями. Медленный бег. Ловля и передача мяча в квадрате. Мини-баскетбол Ходьба, бег с игровыми заданиями.		текущий
73	Преодоление полосы препятствий.	1			ОРУ в парах Подвижные игры «Удочка», «Волк во рву»		текущий
74	Ведение мяча с изменением направления и	1			Медленный бег 4 мин. Комплекс ОРУ. Ведение мяча с изменением направления и скорости		текущий

	скорости. Мини-баскетбол.				Взаимодействие со сверстниками в процессе совместного совершенствования техники игровых действий и приемов.		
75	Развитие скоростно-силовых способностей. Подвижные игры с бегом, прыжками.	1				Уметь выполнять технические действия.	текущий
76	Развитие силовых качеств. Подтягивание на перекладине, отжимание.	1			Медленный бег 3-5мин. Перестроение. Выполнение контрольного норматива. Подвижные игры «Удочка», «Мышеловка» Позиционное нападение 5:0без изменения позиции игроков. Мини-баскетбол.	Уметь выполнять технические действия в игре	текущий
77	Позиционное нападение 5:0без изменения позиции игроков	1					текущий
78	Подведение итогов четверти. Учебно-тренировочная игра мини-баскетбол.	1				Уметь использовать подвижные игры в организации активного отдыха.	текущий
					IV четверть (23часа) Легкая атлетика. Подвижные игры. (23 часа)		
79	Правила поведения на уроках физической культуры при	1			Правила поведения на уроках физической культуры при выполнении бега, прыжков. Ходьба, бег с заданиями. ОРУ в парах. Броски набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой.	Знать ТБ поведения на уроках физической культуры при выполнении бега, прыжков.	текущий

	выполнении бега, прыжков. Броски набивного мяча в цель.				Игра «Мини-баскетбол»		
80	Броски набивного мяча в цель. Ведение мяча по прямой шагом.	1			Строевые упражнения повторение 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».	<p>–выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;</p> <p>– выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.</p> <p>управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;</p> <p>общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;</p> <p>– обеспечивать</p>	текущий
81	Наклон вперед на результат. Ведение мяча бегом.	1			Организация двигательного режима в течение дня. Ходьба с заданиями. Равномерный бег 4 мин. ОРУ со скакалкой.		текущий
82	Поднимание туловища на результат Броски мяча в щит, кольцо.	1			Наклон вперед. Ведение мяча бегом с игровыми заданиями. Игра «Мини-баскетбол».		текущий
83	Прыжки в длину с места на результат. Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега.	1			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»		текущий
84	Прыжки в высоту с 4-5 шагов разбега. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	1			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»		текущий
85	Прыжки в высоту с разбега.	1				текущий	

	Челночный бег.					защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;	
86	Высокий старт. Прыжки по ориентирам	1			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»		текущий
87	Бег 30 метров с высокого старта. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель.	1			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»		текущий
88	Прыжок в длину с разбега. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель.	1			Ходьба, бег с изменением направления. ОРУ в движении. Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Прыжки в длину с разбега. Игра «Русская лапта»		текущий
89	Прыжок в длину с разбега. Метание мяча на дальность	1			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»		текущий
90	Прыжок в длину с разбега. Шестиминутный бег	1			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 «Вызов номеров».		текущий
91	Легкоатлетическое упражнение. Бег 1000 метров на результат	1			Понятие «Физическая нагрузка». Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Бег 1000 метров на результат.		текущий

					Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта»		
92	Эстафета с передачей эстафетной палочки. Бег 1000 метров	1			Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Эстафета 8x50м с передачей эстафетной палочки. Преодоление полосы препятствий. Бег 1000 метров Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта»		текущий
93	Преодоление полосы препятствий	1					текущий
94	Эстафеты. Мини-баскетбол.	1				Уметь выполнять правильно техническое действие. Демонстрировать координационные способности. Уметь передавать эстафету Знать правила финиширования Уметь передавать и принимать эстафетный бег Демонстрировать прыгучесть, силовые качества Уметь ловко выполнять упражнения Знать игры народов разных стран Уметь владеть мячом Знать правила безопасности при купании в естественных водоемах и бассейне	текущий
95	Бег по дистанции. Эстафеты. Правила соревнований	1			Ходьба с игровыми заданиями. ОРУ в движении. Преодоление полосы препятствий Игра «Мини-футбол» Игра «Русская лапта Техника передачи эстафетного бега.		текущий
96	Техника передачи эстафетного бега.	1					текущий
97	Подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	1			Медленный бег. Перестроение. Комплекс ОРУ. « Удочка», «Волк во рву»,» Перестрелка»		текущий
98	Спортивные игры. Правила игры в волейбол.	1			Медленный бег 3 и 4 мин. Выполнение контрольного норматива. 5 мин бег со средней скоростью.		текущий
99	Спортивные игры. Волейбол	1			Спортивная игра футбол. Приемы передачи мяча. « Кот и мыши», «Невод»	текущий	
100	Игры народов разных стран	1				текущий	

10 1	Двусторонняя игра в футбол. Правила безопасности при купании в естественных водоемах.	1					текущий
10 2	Стартовый разгон. Бег 60 м	1					текущий

6. Описание материально – технического обеспечения.

Учебники:

- 1.Б.Б.Егоров, Пересади́на Ю.Е. Физическая культура. Книга 2(3-4 классы).- М. : Баласс,2011.
- 2«Справочник учителя физической культуры», П.А.Киселев, С.Б.Киселева; - Волгоград: «Учитель»,2010.
- 3«Двигательные игры, тренировки и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И.Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
- 4«Подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2007.
- 5«Зимние подвижные игры 1-4 классы», А.Ю.Патрикеев; Москва: «ВАКО»,2009.
- 6«Дружить со спортом и игрой», Г.П.Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.
- 7«Физкультура в начальной школе», Г.П.Болонов; Москва: «ТЦ Сфера»,2005.
- 8Ж. «Начальная школа»
- 9.Ж. «Начальная школа плюс до и после...»

Дополнительная литература

Физкультура: методика преподавания.Спортивные игры/ под ред. Э.Найминова. -Просвещение.2001
Методика преподавания гимнастики в школе. - М. :Просвещение 2000

«Организация спортивной работы в школе» - (компакт-диск) – издательство Учитель 2010.