

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ГИМНАЗИЯ № 100 г. ЧЕЛЯБИНСКА»

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МАОУ «Гимназия №100 г.
Челябинска»
Приказ № 01-02/01-02
01.09.2017 г.

Зайцева Н.А.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«Физическая культура»

Классы: 1-3

Составитель: Шведова Д.Д.

Количество часов всего: **304** (3 часа в неделю)

Рассмотрено на заседании МО:

Протокол № 1
от «24» августа 2017 г.

Руководитель МО:

Шерстюк Н.В.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

Алексюнина А.С.

«1» 10.9 2017 г.

Челябинск 2017

Содержание

1. Пояснительная записка	3
2. Планируемые результаты изучения предмета «Окружающий мир»	4
3. Содержание учебного предмета	7
4. Тематическое планирование	8
5. Календарно-тематическое планирование уроков	9
6. Оценочные материалы	63

Пояснительная записка

Программа учебного предмета для 1-3 классов по физической культуре разработана на основе следующих нормативных документов:

1. Приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрировано в Минюсте РФ 1.02.2011г., № 19644);
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 08.06.2015 г. № 576, от 28.12.2015 г. № 1529, от 26.01.2016 г. № 38) // <http://www.consultant.ru/>; <http://www.garant.ru/>
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 г. № 1644 « О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования » (Зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 6 февраля 2015 г. Регистрационный номер 35915 (с 21.02.2015 года).
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию основных образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 986 от 03.02.2011 г. «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений».
6. Программа разработана на основе авторской программы «Физическая культура» для начальной школы 1-4 классы Н.Ф. Виноградовой, в рамках образовательной системы «Начальная школа 21 века» (научный руководитель Н.Ф.Виноградова);
7. Приложение к письму МОиН Челябинской области № 1213/52627 от 06 июня 2017г. «Об организации деятельности в начальном общем образовании в 2017-2018 учебном году».
8. Основная образовательная программа начального общего образования МАОУ «Гимназия № 100 г. Челябинска».
9. Учебный план МАОУ «Гимназия № 100 г. Челябинска» на 2017-2018 учебный год.
10. Локальный акт «Положение о рабочей учебной программе МАОУ «Гимназия №100 г. Челябинска».

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения содержания учебного предмета «Физическая культура»

Программа и учебники для 1-2 и 3-4 классов подготовлены в соответствии с Концепцией физического воспитания, что позволяет реализовать все заложенные в них требования к обучению учащихся предмету в начальной школе.

Личностные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;

- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить своё выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- овладение навыками смыслового чтения текстов различных стилей и жанров в соответствии с целями и задачами; осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать своё мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества; овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования (в том числе с учебными моделями) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета.

Предметные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, показателями физического развития (длиной, массой тела и др.), показателями развития основных двигательных качеств.

Требования к качеству освоения программного материала.

В результате освоения предлагаемой программы учебного предмета «Физическая культура» учащиеся, закончившие этап начального обучения, должны:

называть, описывать и раскрывать:

- роль и значение занятий физическими упражнениями в жизни младшего школьника; значение правильного режима дня, правильного питания, процедур закаливания, утренней гигиенической гимнастики, физкультурных пауз в течение учебного дня;
- связь физической подготовки с развитием двигательных качеств, опорно-двигательной, дыхательной и кровеносной систем;
- значение физической нагрузки и способы её регулирования; причины возникновения травм во время занятий физическими упражнениями, профилактику травматизма;
- **уметь:**
 - выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки, плоскостопия, зрения;
 - выполнять упражнения дыхательной гимнастики, психорегуляции;
 - составлять при помощи взрослых индивидуальные комплексы упражнений для самостоятельных занятий физической культурой;
 - варьировать предложенные комплексы упражнений для утренней гигиенической гимнастики, физкультминутки;
 - выполнять упражнения и простейшие акробатические и гимнастические комбинации, упражнения лёгкой атлетики;
 - выполнять двигательные действия при передвижении на лыжах и плавании (при соответствии климатических и погодных условий требованиям к организации лыжной подготовки и занятий плаванием);
 - участвовать в подвижных играх и организовывать подвижные игры со сверстниками, оценивать результаты подвижных игр;
 - выполнять игровые действия в футболе, баскетболе и волейболе, играть по упрощённым правилам;
 - организовывать и соблюдать правильный режим дня;
 - подсчитывать частоту сердечных сокращений и дыхательных движений для контроля состояния организма во время занятий физическими упражнениями;
 - измерять собственные массу и длину тела; оказывать доврачебную помощь при лёгких травмах опорно-двигательного аппарата и кожных покровов.

При организации учебного процесса необходимо включать мероприятия, которые помогли бы уменьшить неблагоприятное воздействие значительной учебной нагрузки на организм ребёнка. К таким мерам относится в первую очередь рациональная организация режима учебных занятий и всего режима дня школьника. В основу рационального режима дня школьника должно быть положено чередование различных видов деятельности, чередование умственной и физической нагрузки.

Содержание учебного предмета

Раздел 1. Знания о физической культуре.

Понятие о физической культуре. Зарождение и развитие физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Физическая культура народов разных стран. История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны.

Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр. Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр.

Внешнее строение тела человека. Опорно-двигательная система человека (общая характеристика, скелет и мышцы человека, суставы, сухожилия). Осанка человека. Стопа человека. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями. Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания.

Подбор одежды, обуви и инвентаря для занятий физическими упражнениями.

Терминология гимнастических упражнений.

Способы передвижения человека. Основные двигательные качества человека (выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость).

Раздел 2. Организация здорового образа жизни.

Правильный режим дня (соблюдение, планирование). Здоровое питание. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультминутки. Закаливание. Массаж. Правила личной гигиены. Профилактика нарушений зрения.

Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью.

Простейшие навыки контроля самочувствия. Измерение сердечного пульса (частоты сердечных сокращений). Измерение длины и массы тела. Оценка состояния дыхательной системы. Оценка правильности осанки. Оценка основных двигательных качеств.

Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, профилактики нарушений осанки, профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Тренировка дыхания. Упражнения для снятия утомления глаз и профилактики нарушений зрения. Упражнения для расслабления мышц. Упражнения для успокоения (психорегуляции).

Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность.

Строевые упражнения и строевые приёмы.

Лёгкая атлетика (беговые и прыжковые упражнения, бросание малого и большого мяча, метание).

Гимнастика с основами акробатики (лазание, перелезание, ползание, висы и упоры, акробатические упражнения, снарядная гимнастика, кувырки, перекаты).

Лыжная подготовка (лыжные ходы, повороты, подъёмы, спуски).

Подвижные игры (на свежем воздухе и в помещении), спортивные игры (футбол, волейбол, баскетбол).

Тематическое планирование

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и программами начального общего образования, согласно учебному плану МАОУ «Гимназия №100 г. Челябинска» предмет «Физическая культура» изучается в 1 классе по 3 часа в неделю - 33 учебных недели (99 часов в год) и по 3 часа в неделю - 34 учебных недели во 2 - 4 классах (102 часа в год). Общий объём учебного времени составляет 303 часов.

План - график распределения учебного материала

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов				
		Примерная программа	Рабочая программа	Рабочая программа по классам		
				1	2	3
	Базовая часть	270	310	76	78	78
1	Знания о физической культуре		12	3	3	3
2	Способы физкультурной деятельности		12	3	3	3
3	Физическое совершенствование:		286	70	72	72
	- гимнастика с основами акробатики		72	18	18	18
	- легкая атлетика		71	17	18	18
	- лыжная, кроссовая подготовка		68	17	15	18
	- подвижные игры		75	18	21	18
	- общеразвивающие упражнения			в содержании соответствующих разделов программы		
	Вариативная часть	135	95	23	24	24
	Баскетбол		47	11	12	12
	Волейбол		48	12	12	12
	ИТОГО:	405	405	99	102	102

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре
1 класс (99 часов) на 2017- 2018 учебный год**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности		Реализация национальных, региональных и этнокультурных особенностей	Корректировка
			Предметные знания	УУД		
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
1.	Урок-сказка. Понятие о физической культуре. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры Игра «Лопта»	1	<p>Научатся:</p> <p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	НРЭО	
Легкая атлетика – 7 ч.						
2.	Урок-игра. Правила по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики. Игра «Быстро по своим местам».	1	<p>Научатся:</p> <p>Различать разные виды ходьбы.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают</p>		

			Осваивать ходьбу под счет, под ритмический рисунок.	<p>правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
3.	Сочетание различных видов ходьбы. Игра «Слушай сигнал».	1	<p>Научатся:</p> <p>Моделировать сочетание различных видов ходьбы.</p> <p>Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		

4.	Урок-эстафета. Бег с изменением направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Игра «Кошки - мышки». Игра «Вызов».	1	<p>Научатся:</p> <p>Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
5.	Урок- игра. Бег с преодолением препятствий. Игра «С кочки на кочку». Игра «Два Мороза».	1	<p>Научатся:</p> <p>Научиться общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.</p> <p>Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		

6.	Бег по размеченным участкам дорожки. Игра «У ребят порядок строгий».	1	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя.</p> <p>Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
7.	Челночный бег. Игра «Ястреб и утка». Понятие скорость бега.	1	<p>Научатся:</p> <p>Знакомство с челночным бегом. Освоение правил выполнения.</p> <p>Проявлять качества выносливости при выполнении челночного бега.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и</p>		

				раскрывают внутреннюю позицию школьника		
8.	Медленный бег до 3 мин. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?»	1	<p>Научатся:</p> <p>Развитие выносливости, умения распределять силы.</p> <p>Умение чередовать бег с ходьбой.</p> <p>Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
9.	Режим дня и личная гигиена. Подвижные игры Игра «Шишки-желуди-орехи».	1	<p>Научатся:</p> <p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.</p> <p>Развитие познавательной получение знаний о природе (медико-биологические основы деятельности), знаний о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знаний об обществе (историко-социологические основы деятельности).</p> <p>Составлять индивидуальный режим дня.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p>		

			Соблюдать личную гигиену.	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
Легкая атлетика – 5 ч.						
10.	Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». Игра «Лапта»	1	<p>Научатся:</p> <p>Развитие выносливости, умения распределять силы.</p> <p>Умение чередовать бег с ходьбой.</p> <p>Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>	НРЭО	
11.	Броски большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы. Игра «Воробьи и вороны». ТБ при метании набивного мяча.	1	<p>Научатся:</p> <p>Знакомство с броском большого мяча на дальность из-за головы двумя руками.</p> <p>Освоение правил выполнения.</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</p>		

				<p>решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
12.	Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин. Подвижная игра «Невод».	1	<p>Научатся:</p> <p>Развитие выносливости, умения распределять силы.</p> <p>Умение чередовать бег с ходьбой.</p> <p>Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
13.	Эстафеты с мячами. Игра «Бросай - поймай».	1	<p>Научатся:</p> <p>Продемонстрировать полученные навыки в течение первой четверти.</p> <p>Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.</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</p>		

				решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
14.	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Игра «Мышеловка».	1				
Подвижные игры – 12 ч.						
15.	Игра «К своим флажкам». Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр. Игра «Лапта»	1	Научатся: Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	НРЭО	
16.	Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей. Игра «Пятнашки»	1	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности.			
17.	Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель»).	1	Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.			
18.	Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (игра «Точный расчет»).	1	Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.			
19.	Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (разучивание игры «Прыгающие воробушки»).	1	Моделировать игровые ситуации.			

20.	Упражнения на внимание. Подвижная игра «Охотники и утки».	1	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.			
21.	Упражнения на ловкость и координацию. Подвижная игра «Удочка».	1				
22.	Ведение и передача баскетбольного мяча. Подвижная игра «Круговая охота».	1				
23.	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал — садись».	1				
24.	Подвижные игры с баскетбольным мячом. ОРУ. Подвижная игра «Передал — садись».	1				
25.	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Не давай мяча водящему».	1				
26.	«Внимание, на старт». Игра «Капитаны».	1				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч						
27.	Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание. Игра «Не давай мяча водящему». Игра «Городки»	1	Научатся: Развитие познавательной активности: получение знаний о природе (медико-биологические основы деятельности), знаний о человеке (психолого-педагогические основы	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные:	НРЭО	

			деятельности), знаний об обществе (историко-социологические основы деятельности).	формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
28.	Строевые команды. Построения и перестроения. Игра «Класс, смирно!». Правила по технике безопасности на уроках гимнастики. Игра «Змейка».	1	Научатся: Пересказывать тексты по истории физической культуры. Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
Гимнастика с элементами акробатики – 15 ч.						
29.	Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр. Подвижная игра «Горелки». Игра	1	Научатся: Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!»,	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.	НРЭО	

	«Городки»		<p>«Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», « Равняйся!», «Стой!».</p> <p>Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке.</p>	<p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
30.	Группировка, перекаты в группировке лежа на животе и из упора сидя. Подвижная игра «Иголка и нитка».	1	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях.</p> <p>Описывать технику разучиваемых упражнений.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
31.	Кувырок вперед в упор присев. Подвижная игра «Тройка».	1	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать технику кувырка вперед в упор присев.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p>		

			<p>Выявлять характерные ошибки в выполнении кувырка вперед в упор присев.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатического упражнения.</p>	<p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
32.	Гимнастический мост из положения лежа на спине. Игра «Раки».	1	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать технику выполнения гимнастического моста из положения лежа на спине.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		

33.	Стойка на лопатках. Игра «Через холодный ручей».	1	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать технику выполнения стойки на лопатках.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
34.	Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание. Правила предупреждения травматизма. Подвижная игра «Петрушка на скамейке».	1	<p>Научатся:</p> <p>Выявлять различия в основных способах передвижения человека.</p> <p>Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость).</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и</p>		

				раскрывают внутреннюю позицию школьника		
35.	Стойка на носках, на одной ноге, ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90°. Подвижная игра «Пройди бесшумно».	1	<p>Научатся:</p> <p>Проявлять качества координации при выполнении упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений.</p> <p>Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
36.	Передвижения по гимнастической стенке. Игра «Конники-спортсмены».	1	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастической стенке.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке.</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и</p>		

				раскрывают внутреннюю позицию школьника		
37.	Лазанье по гимнастической скамейке. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке. Подвижная игра «Отгадай, чей голос».	1	<p>Научатся:</p> <p>Освоить технику лазания по гимнастической скамейке различными способами.</p> <p>Проявлять качества силы, координации, выносливости при выполнении лазания по гимнастической скамейке.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
38.	Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания. Подвижная игра «Посадка картофеля».	1	<p>Научатся:</p> <p>Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.</p> <p>Продемонстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники безопасности.</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о</p>		

				распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
39	Акробатические комбинации. Игра «Парашютисты».	1	<p>Научатся:</p> <p>Продemonстрировать умение выполнять акробатические комбинации.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при выполнении акробатических комбинаций.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций.</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
40	Влияние общеразвивающих упражнений на организм Подвижная игра «Охотники и утки».	1	<p>Научатся:</p> <p>Освоить упражнения с гимнастической палкой.</p> <p>Отбирать и составлять комплексы упражнений с гимнастической палкой для утренней зарядки и физкультминуток.</p> <p>Характеризовать влияние</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о</p>		

			общеразвивающих упражнений на организм	распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
41.	Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Медвежата за медом».	1	Научатся: Проявлять качества координации при выполнении упражнений.	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.		
42.	Лазание по гимнастической стенке и канату. Игра «Кузнечики».	1	Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).	Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
43.	Перелезание через гимнастического коня. Игра «Не урони мешочек»	1	Научатся: Осваивать технику перелезания через гимнастического коня	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: ставят		

				вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
Подвижные игры – 5 ч.						
44.	Гимнастика с основами акробатики: «У медведя во бору», «Бой петухов». Игра «Городки»	1	Научатся: Проявлять качества силы, координации и выносливости.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	НРЭО	
45.	Гимнастика с основами акробатики: «Салки-догонялки», «Змейка»	1	Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр.			
46.	Гимнастика с основами акробатики: «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей».	1				
47.	Урок-игра. Основные физические качества. Игра «Слушай сигнал».	1				
48.	Эстафета «Веселые старты». Веребочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше».	1				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
49.	Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья. Способы самоконтроля. Дыхание при ходьбе.	1	Научатся: Значение занятиями лыжами для укрепления здоровья. Осваивать способы	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с		

			самоконтроля. Иметь понятия правильного дыхания при ходьбе.	поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
Лыжная подготовка 22 часа						
50.	Техника безопасности при занятиях на лыжах. Лыжная строевая подготовка.	1	Научатся: Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Переносить и надевать лыжный инвентарь. Осваивать универсальное умение передвижения 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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
51.	Построение в шеренгу с лыжами в руках. Переноска и надевание лыж. Ступающий и скользящий шаг без палок.	1				
52.	Техника выполнения скользящего шага.	1				
53.	Передвижение скользящим шагом. Повороты переступанием на месте.	1				
54.	Передвижение скользящим шагом.	1				
55.	Передвижение скользящим шагом. Игра «Салки на марше».	1				
56.	Историческое путешествие «Зарождение древних Олимпийских игр».	1	Научатся: Пересказывать тексты по	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии		

			<p>истории физической культуры.</p> <p>Освоить материал о зарождении олимпийских игр.</p>	<p>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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
57.	Техника выполнения скользящего шага. Игра «Салки на марше».	1	<p>Научатся:</p> <p>Описывать технику выполнения основной стойки, объяснять, в каких случаях она используется лыжниками.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения основной стойки лыжника при передвижении и спуске с небольших пологих склонов</p> <p>Демонстрировать технику передвижения на лыжах ступающим шагом.</p> <p>Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p> <p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы;</p>		
58.	Техника выполнения ступающего и скользящего шага с палками. Игра «День и ночь»	1				
59.	Техника выполнения ступающего и скользящего шага. Игра «На буксире».	1				
60.	Передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом. Игра «Финские санки».	1				
61.	Совершенствование техники передвижения скользящим шагом с палками.	1				
62.	Техника спуска в низкой стойке и подъема ступающим шагом.	1				
63.	Техника подъема ступающим	1				

	шагом.					
64.	Техника передвижения попеременного двухшажного хода.	1	Демонстрировать технику передвижения на лыжах скользящим шагом.	<p>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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p> <p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности:</p>		
65.	Техника выполнения попеременно двухшажного хода.	1	Выполнять разученный способ передвижения на лыжах в условиях игровой деятельности.			
66.	Спуск с небольшого склона. Подъем лесенкой. Игра «Кто дальше прокатится».	1	Правильно выбирать одежду и обувь для лыжных прогулок в зависимости от погодных условий.			
67.	Закрепление передвижений, подъемов, спусков. Игра «Быстрый лыжник».	1	Одеваться для занятий лыжной подготовкой с учетом правил и требований безопасности.			
68.	Лыжные эстафеты. Игра «Замной»	1	Выполнять организующие команды, стоя на месте, и при передвижении.			
69.	Влияние физических упражнений на осанку. Приемы закаливания. Понятие обморожение.	1	Передвигаться на лыжах в колонне с соблюдением дисциплинарных правил.			
70.	Техника выполнения спуска в низкой стойке. Эстафеты.	1				
71.	Закрепление передвижений, подъёмов, спусков. Игры.	1				

				<p>самоанализ и самоконтроль результата</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
Подвижные игры – 5 ч.						
72.	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши» Игра «Вышибалы»	1	<p>Научатся:</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении дистанций разученными способами передвижения.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию</p>	НРЭО	
73.	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод» Эстафеты с мячом. Игра «Бросай - поймай».	1				
74.	Эстафеты. Игра «Воробьи и вороны» Игра «Вышибалы»	1			НРЭО	
75.	Эстафеты. Развитие координации.	1				
76.	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Золотая рыбка»	1				

				партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
77.	Историческое путешествие «Зарождение физической культуры на территории Древней Руси».	1	Научатся: Пересказывать тексты по истории физической культуры. Освоить материал о зарождении физической культуры на территории Древней Руси.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
Легкая атлетика – 12 ч.						
78.	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	1	Научатся: Осваивать технику бега различными способами.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и		
79.	Бег на 60 метров. Прыжки в длину с разбега.	1	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых			
80.	Прыжки в длину с разбега.	1				

81.	Совершенствование прыжков в длину с разбега. Прыжки в длину с места (тест)		упражнений. Различать разновидности беговых заданий.	условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника			
82.	Бег. Метание на дальность.	1					
83.	Бег. Совершенствование метания на дальность.	1	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча				
84.	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши».	1	Научатся: Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.	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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника			
85.	Прыжки в высоту. Челночный бег	1					
86.	Совершенствование техники прыжка в высоту. Челночный бег.	4					
87.	Кроссовая подготовка						
88.	Бег 1000 м на результат						
89.	Кроссовая подготовка. Игра «Вышибалы»						НРЭО
Подвижные игры – 9 ч.							
90.	Эстафеты с мячами. Игра «Бросай - поймай».	1	Научатся:	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают			
91.	Игра «Третий лишний». Развитие выносливости.	1	Объяснять пользу подвижных игр.				

92.	Эстафеты.. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.	1	Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.	правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
93.	Игра «Воробьи и вороны». Эстафеты.	1				
94.	Игра «Третий лишний». Развитие выносливости. - 2	1				
95.	Эстафеты. Развитие координации	1				
96.	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.	1				
97.	Игра «Воробьи и вороны». Развитие выносливости.	1				
98.	Игры: «Лисы и куры», «Точный расчет». Эстафеты.	1				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
99.	Правила поведения при купании в водоемах во время летних каникул. Игра «Вышибалы»	1	Научатся: Соблюдать правила поведения при купании в открытых водоемах.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в	НРЭО	

				учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
--	--	--	--	--	--	--

**Календарно-тематическое планирование по физической культуре
2 класс (102 часа) на 2017-2018 учебный год**

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности		Реализация национальных, региональных и этнокультурных особенностей	Корректировка
			Предметные знания	УУД		
Знания о физической культуре – 2 часа						
1	Понятие о физической культуре. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры. Комплексы упражнений для формирования осанки.	1	<p>Научатся:</p> <p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
2	Основные способы закаливания. Профилактика травматизма	1	<p>Научатся:</p> <p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и</p>		

			<p>Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>	<p>условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
Способы физкультурной деятельности – 1 час						
3	<p>Составление режима дня. Комплексы упражнений для формирования осанки</p>	1	<p>Научатся:</p> <p>Составлять индивидуальный режим дня.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
4	<p>Беговые упражнения. Бег с высоким подниманием бедра.</p>	12	<p>Научатся:</p>	<p>Познавательные: ставят и формулируют проблемы;</p>	НРЭО	

	Игра «Пустое место» Игра «Вышибалы»	Описывать технику беговых упражнений.	ориентируются в разнообразии способов решения задач.		
5	Беговые упражнения. Бег с прыжками и ускорением. Игра «Невод».	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.	Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.		
6	Обобщение материала. День Здоровья. Игры и эстафеты.	Осваивать технику бега различными способами.	Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		
7	Беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением – змейкой. Игра «Заяц без дома»	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.	Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
8	Беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением – по кругу. Игра «Космонавты»				
9	Беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением – спиной вперед. Игра «Мышеловка»				
10	Беговые упражнения. Бег из различных ИП и с разным положением рук. Игра «Вызов номеров»				
11	Беговые упражнения. Бег из различных ИП и с разным положением рук. Игра «Третий лишний»				
12	Беговые упражнения. Бег из различных ИП и с разным положением рук. Игра «У медведя во бору»				
13	Беговые упражнения. Равномерный бег с последующим ускорением. Игра «Тише едешь, дальше будешь». Игра «Вышибалы»				
14	Беговые упражнения. Челночный бег 3x10 м. Эстафеты.				

15	Беговые упражнения. Бег с изменением частоты шагов. Игра «Космонавты»					
16	Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы. Игра «Точно в мишень»	6	<p>Научатся: Описывать технику броска</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения броска</p> <p>Осваивать технику броска различными способами.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении броска</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении броска</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
17	Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы. Игра «Мяч соседу»					
18	Броски большого мяча на дальность двумя руками от груди. Игра «Шишки, жёлуди, орехи»					
19	Броски большого мяча на дальность двумя руками от груди. Игра «Вышибала»					
20	Броски большого мяча на дальность двумя руками из-за головы. Игра «Точно в мишень» - 2					
21	Урок – соревнование. Эстафеты Игра «Вышибалы»	1	<p>Научатся: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 60 м; выполнять лёгкоатлетические упражнения; правильно выполнять технику прыжка в длину с места; выполнять основные движения в метании; пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать с бегом.</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>	НРЭО	

				<p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
Подвижные игры – 6 часов						
22	Подвижные игры с использованием строевых упражнений. Игра «Конники-спортсмены»	6	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.</p> <p>Излагать правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p> <p>Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>	НРЭО	
23	Подвижные игры с использованием строевых упражнений. Игра «Море волнуется»					
24	Подвижные игры на развитие координации. Эстафеты с обручами.					
25	Подвижные игры на развитие координации. Игра «Волна».					
26	Подвижные игры на внимание. Игра «Отгадай чей голос» Игра «Городки»					
27	Подвижные игры на развитие силы и ловкости. Игра «Посадка картофеля». Подведение итогов.					

Физкультурно-оздоровительная деятельность - 1 час						
28	Оздоровительные формы занятий. Комплекс утренней гимнастики.	1	<p>Научатся: Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий. Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств.</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
Знания о физической культуре – 1 час						
29	История возникновения Олимпийских игр	1	<p>Научатся: Иметь представление о возникновении Олимпийских игр. Пересказывать тексты по истории физической культуры</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к</p>		

				<p>общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
Способы физкультурной деятельности – 1 час						
30	Правила составления и выполнения физкультминуток и закаливающих процедур.	1	<p>Научатся: Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток</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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
31	Подвижные игры на развитие координации. Игра «Неудобный бросок»	6	<p>Научатся: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.</p> <p>Излагать правила и условия проведения подвижных игр.</p> <p>Осваивать двигательные</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию;</p>	НРЭО	
32	Игры с прыжками. Игра «Пустое место»					
33	Игры с мячом. Игра «Гонка мячей»					
34	Игры на развитие выносливости. Игра «Мяч капитану» Игра «Городки»					

35	Игры на развитие силы и ловкости. Эстафеты. Игра «Городки»		действия, составляющие содержание подвижных игр.	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.		
36	Товарищеская встреча с 1 классом. Игра «Два лагеря».		Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		
Гимнастика с элементами акробатики– 11 часов						
37	Гимнастика. Основные команды и приёмы. Игра «Волна». Игра «Ляпта»	11	Научатся: Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений. Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в	НРЭО	
38	Гимнастика. Повороты. Игра «По местам»					
39	Перестроение по двое в шеренге и колонне. Передвижение в колонне. Игра «Вызов номеров»					
40	Акробатические упражнения. Упоры. Игра «Верёвочка»					
41	Лазанье по канату. Игра «Неудобный бросок»					
42	Акробатические комбинации. Стойки на лопатках. Игра «Космонавты»					
43	Акробатические комбинации. Полуперевороты. Игра «Перекасти – поле».					

44	Гимнастика. Висы. Эстафеты.		<p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества</p>	<p>учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
45	Техника опорного прыжка. Игра «Конники- спортсмены»					
46	Гимнастика. Лазанье по канату. Упражнения на гимнастической скамейке. Эстафеты					
47	Упражнения на гимнастической стенке. Опорный прыжок. Игра «Мышеловка» Игра «Лапта»					
Физкультурно-оздоровительная деятельность – 2 час						
48	«Веселые старты» к Новому году.	2	<p>Научатся:</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
49	Оздоровительные формы занятий. Комплексы занятий по профилактике и коррекции нарушений осанок.					
Спортивные игры – 3 часа						

50	Баскетбол. Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста. Игра «Мяч среднему». Подведение итогов.	3	<p>Научатся: Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
51	Баскетбол. Остановка в шаге и прыжком. Игра «Мяч соседу».					
52	Баскетбол. Броски в корзину. Игра «Бросок мяча в колонне»					
Знания о физической культуре – 1 час						
53	История появления упражнения с мячом	1	<p>Научатся: Иметь представление о возникновении упражнений и игр с мячом</p>	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p>Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в</p>		

				учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
Способы физкультурной деятельности – 1 час						
54	Комплексы упражнений на развитие физических качеств.	1	Научатся: Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		
Лыжная подготовка - 12 часов						
55	Передвижения на лыжах. Т.Б. на лыжах. Игра «Слалом на санках».	12	Научатся: Осваивать универсальные умения, связанные с выполнением организующих упражнений. Описывать технику разучиваемых упражнений на лыжах. Осваивать технику 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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о		
56	Попеременный двухшажный ход. Игра «Проехать через ворота»					
57	Попеременный двухшажный ход. Игра «Проехать через ворота» - 2					
58	Стойка лыжника. Игра «Подними предмет»					
59	Спуски в основной стойке. Игра «Спуск с поворотом»					
60	Спуски в основной стойке.					

	Игра «Спуск с поворотом» - 2		Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании упражнений.	распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
61	Подъём лесенкой. Игра « Кто быстрее взойдёт на горку».					
62	Подъём лесенкой. Игра « Кто быстрее взойдёт на горку».- 2					
63	Торможение плугом. Игра «Кто дальше скатится с горки».		Выявлять характерные ошибки при выполнении упражнений.			
64	Лыжные гонки. Торможение плугом. Игра «Кто дальше скатится с горки».		Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности на лыжах.			
65	Передвижения на лыжах до 1 км. Игра «Слалом на санках».					
66	Лыжные гонки. Эстафеты на лыжах.		Развивать физические качества.			
Подвижные игры – 6 часов						
67	Подвижные игры на развитие координации. Игра «Неудобный бросок» - 2 Игра «Лапта»	6	Научатся: Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	НРЭО	
68	Игры с прыжками. Игра «Пустое место» - 2					
69	Игры с мячом. Игра « Гонка мячей» - 2		Излагать правила и условия проведения подвижных игр.			
70	Игры на развитие выносливости. Игра «Мяч капитану» - 2		Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.			
71	Игры на развитие силы и ловкости. Эстафеты. - 2					
72	Товарищеская встреча с 1 классом. Игра «Два лагеря». - 2		Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в подвижных играх. Моделировать технику выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и			

			двигательных задач. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.			
Спортивные игры – 11 часов						
73	Баскетбол. Ведение мяча на месте, по прямой и по дуге. Игра «Бросок мяча в колонне»	11	<p>Научатся: Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями вовремя учебной и игровой деятельности.</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p>Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
74	Баскетбол. Ведение мяча с остановками по сигналу. Игра «Мяч соседу».					
75	Баскетбол. Передвижения приставными шагами. Игра «Мяч среднему»					
76	Баскетбол. Бег спиной вперед. Эстафеты.					
77	Волейбол. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Игра «Волна»					
78	Волейбол. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Игра «Неудобный бросок». Подведение итогов.					
79	Волейбол. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Игра «Мяч капитану»					
80	Волейбол. Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче. Игра «Слалом с мячом».					
81	Волейбол. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища. Игра					

	«Передача мяча».					
82	Волейбол. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища. Игра «Липкий мяч»					
83	Волейбол. Подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища. Эстафеты.					
Знания о физической культуре – 3 часа						
84	Обобщение материала. Всемирный День Здоровья. Игры и эстафеты.	1	Научатся: Иметь представление о возникновении упражнений и игр с мячом	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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
85	История появления упражнения с мячом.	1	Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Характеризовать показатели физического развития.			
86	Упражнения на развитие основных физических качеств.	1		Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей,		

				<p>родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата</p>		
Способы физкультурной деятельности – 2 часа						
87	Организация и проведение подвижных игр.	1	Научатся:	Познавательные: ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.		
88	Обобщение материала. Турнир по «Пионерболу».	1	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.	<p>Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p>Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p>Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника</p>		
Лёгкая атлетика – 16 часов						
89	Лёгкая атлетика. Метание малого мяча из-за головы. Игра	16	Научатся:	Познавательные: используют общие приемы решения	НРЭО	

	«Точно в мишень» Игра «Ланга»	Описывать технику метания и прыжковых упражнений.	поставленных задач.		
90	Метание малого мяча из-за головы. Игра «Попади в цель»	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения метания и прыжков.	Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.		
91	Метание малого мяча стоя на месте. Игра «Слалом с мячом»	Осваивать технику метания и прыжка.	Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.		
92	Метание малого мяча в вертикальную цель. Игра «Пионербол»	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений.	Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
93	Метание малого мяча в стену. Игра «Неудобный бросок»	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.			
94	Метание малого мяча на дальность. Игра «Передача мяча в колонне»				
95	Метание малого мяча на дальность. Игра «Метко в цель»				
96	Урок – соревнование. Эстафеты.				
97	Техника прыжков с разбега в высоту. Прыжки на месте. Игра «Кенгуру»				
98	Бег 30 м. Прыжки с проведением вперед и назад. Игра «У медведя во бору»				
99	Прыжки в длину с места. Игра «Воробьи и вороны»				
100	Прыжки по разметкам, через препятствия. Бег 1000 м. Игра «По кочкам»				
101	Прыжки на месте и с поворотом на 90° и 180°. Игра «Ёжики».				
102	Лёгкая атлетика. Урок – соревнование. Эстафеты. Подведение итогов за год.				

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
3 класс (102 часа) на 2017-2018 учебный год

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды учебной деятельности		Реализация национальных, региональных и этнокультурных особенностей	Корректировка
			Предметные знания	УУД		
Легкая атлетика - 13 ч.						
1	Вводный. Легкая атлетика. Инструктаж по ТБ. Влияние л/а на организм школьника.	1	Научатся: Понятиям техника безопасности, снаряд, инвентарь; колонна, шеренга, размыкание, смыкание, приставные шаги, строевые команды: «Марш», «Стой», «Нале-во», «Направо»; метание в цель, прыжки с места и с разбега.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника	НРЭО	
2	Бег и ходьба с изменением частоты шага. Высокий старт. Игра «Лепта»	1				
3	Бег 30м, техника финиширования. Эстафетный бег.	1				
4	Бег в медленном темпе. Прыжки в длину.	1				
5	Бег на средние дистанции. Бег 500м.	1				
6	Обобщение материала. День Здоровья. Игры и эстафеты. Игра «Лепта»	1				
7	Беговые и прыжковые упражнения. Прыжок в длину с места.	1				
8	Мониторинг физической подготовленности.	1				
9	Кроссовая подготовка. Техника	1				

	метания мяча.					
10	Бег 1000 м на результат. Влияние бега на здоровье.	1				
11	Преодоление препятствий. Челночный бег 3×10 м. (тест)	1				
12	Кросс. Метание мяча в цель. Правила соревнований в метании.	1				
13	Правила соревнований в беге и прыжках. Игры и эстафеты. Игра «Лопта»	1				
Подвижные игры - 15 ч.						
14	Баскетбол. Инструктаж по ТБ. История возникновения баскетбола.	1	Научатся: Понятиям основная стойка, основные положения рук, комплекс упражнений, правила игры, броски мяча, ловля мяча, передачи мяча, ведение мяча.	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: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
15	Стойки и передвижения игроков. Ведение мяча на месте.	1				
16	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах и по кругу.	1				
17	Бросок мяча двумя руками от груди и головы на месте. Игра «Пустое место».	1				
18	Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра «Попади в мяч».	1				
19	Оценка техники стойки и передвижений игроков. Эстафеты с б/мячом.	1				
20	Ведение мяча правой и левой рукой в средней стойке. Игры.	1				
21	Оценка техники ведения мяча шагом.	1				
22	Игровые упражнения. Игры с	1				

	б/мячом.					
23	Волейбол. Теоретические сведения. Игры с в/мячом.	1				
24	Стойки и передвижения игрока. Техника владения в/мячом.	1				
25	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой.	1				
26	Прием мяча снизу двумя руками в парах. Игра «Два лагеря».	1				
27	Нижняя прямая подача. Игра «Два лагеря».	1				
28	Игровые упражнения. Игры. Подведение итогов. Игра «Городки»	1				
Гимнастика – 14 ч.						
29	Гимнастика. Инструктаж по ТБ. Теоретические сведения. Строевая подготовка.	1	Научатся: Понятиям размыкание и смыкание, перестроение, комплекс упражнений, лазание, подлезание, перелезание, кувырок вперед, кувырок в сторону, 2-3 кувырка вперед слитно, полоса препятствий.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника	НРЭО	
30	Акробатика. Перекаты, кувырки вперед, стойка на лопатках.	1				
31	Техника выполнения элементов: кувырки вперед и назад, стойка на лопатках.	1				
32	Техника выполнения равновесий, «моста» из положения лежа.	1	Научатся: Понятиям утренняя гимнастика, двигательный режим,			

33	Составление акробатической комбинации, упражнения на гибкость.	1	передвижение противходом и змейкой, размыкание и смыкание, приставные шаги, перестроение, акробатика, кувырок, стойка, лазание, группировка.			
34	Оценка техники выполнения акробатической комбинации из изученных элементов.	1				
35	Опорный прыжок и упражнения со скакалкой. Игра «Городки»	1				
36	Техника выполнения опорного прыжка и лазания по канату.	1				
37	Опорный прыжок. Прыжки через скакалку (тест).	1				
38	Оценка техники выполнения опорного прыжка.	1				
39	Упражнения на гимнастической стенке и лазание по канату.	1				
40	Оценка техники выполнения лазания по канату.	1				
41	Оценка выполнения: подтягивание на перекладине (м), поднятие ног в висе (д).	1				
42	Игры и эстафеты с элементами гимнастики и акробатики.	1				
Подвижные игры – 7 ч.						
43	Баскетбол. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах и шагом.	1	Научатся: Основная стойка, основные положения рук, комплекс упражнений, правила игры, броски мяча, ловля мяча, передачи мяча, ведение мяча.	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.	НРЭО	
44	Урок – школа мяча.	1				
45	Ведение мяча с изменением скорости и передачи различным способом.	1				
46	Оценка техники ловли и передачи мяча. Игра «Мяч капитану».	1				
47	Правила игры. Игра в мини-	1				

	баскетбол.			Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.		
48	Сочетание приемов: ведение-остановка-бросок. Игра в мини-баскетбол. Игра «Городки»	1				
49	Игры и эстафеты с элементами гимнастики и баскетбола. Подведение итогов.	1		Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю позицию школьника		
Подвижные игры – 9 ч.						
50	Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками в парах и тройках. Эстафеты.	1	Научатся: Правила безопасности при беге, прыжках, метании; комплекс упражнений; ведение мяча на месте и в движении, передачи двумя руками от груди.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. Личностные: раскрывают внутреннюю позицию школьника		
51	Передача мяча сверху и прием мяча снизу в парах и через сетку.	1				
52	Подача мяча. Игра «Перестрелка».	1				
53	Прием мяча после подачи. Игра «Пионербол».	1				
54	Нижняя прямая подача. Игра «Пионербол».	1				
55	Оценка техники приема мяча двумя руками снизу в парах.	1				
56	Игры «Перестрелка» и «Два лагеря».	1				
57	Сочетание приемов: перемещение, прием, передача в игровых действиях.	1				
58	Игровые упражнения. Игра «Пионербол».	1				
Лыжная подготовка - 19 ч.						
59	Лыжная подготовка. Инструктаж по ТБ. Теоретические сведения.	1	Научатся: Понятиям физкультура на свежем воздухе, лыжная	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают		
60	Скрепление и переноска лыж.	1				

	Строевые упражнения с лыжами в руках.		подготовка, поворот переступанием, передвижение ступающим шагом, передвижение скользящим шагом, спуск с уклона, подъем ступающим шагом и лесенкой, торможение плугом.	правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата		
61	Ступающий и скользящий шаг с палками и без палок.	1				
62	Попеременный двухшажный ход без палок и с палками.	1				
63	Повороты переступанием вокруг носков и пяток.	1				
64	Прохождение дистанции 1 км в медленном темпе.	1				
65	Техника спусков со склона в средней стойке. Повороты переступанием.	1				
66	Подъем «лесенкой» и «елочкой». Спуски на склоне.	1				
67	Прохождение дистанции до 2 км в медленном темпе.	1				
68	Попеременный двухшажный ход с палками. Оценка выполнения.	1	Научатся: Понятиям физкультура на свежем воздухе, лыжная подготовка, поворот переступанием, передвижение ступающим шагом, передвижение скользящим шагом, спуск с уклона, подъем ступающим шагом и лесенкой, торможение плугом.	Познавательные: ставят и формулируют проблемы. Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. Коммуникативные: ставят вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Личностные: принимают образ «хороший ученик» и раскрывают внутреннюю		
69	Одновременный одношажный и двухшажный ход. Эстафеты.	1				
70	Прохождение дистанции до 2 км со средней скоростью.	1				
71	Подъем «лесенкой» или «елочкой». Оценка выполнения. Игры.	1				
72	Игры и эстафеты. Игра «Быстрый лыжник».	1				
73	Одновременный одношажный или двухшажный ход. Оценка выполнения.	1				
74	Совершенствование техники лыжных ходов, спусков и подъемов.	1				
75	Контрольное прохождение дистанции 1-2 км.	1				

76	Игры и эстафеты с катанием на лыжах.	1		позицию школьника		
77	Урок-игра «Спортсмены». Подведение итогов. Игра «Вышибалы»	1				
Подвижные игры – 13 ч.						
78	Баскетбол. Ловля и передача мяча в движении. Игра «Передал - садись».	1	Научатся: Правила безопасности при беге, прыжках, метании; комплекс упражнений; ведение мяча на месте и в движении, передачи двумя руками от груди.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	НРЭО	
80	Ведение мяча на месте и в движении правой и левой рукой. Игра «Мяч среднему».	1				
81	Броски мяча в цель (щит), по кольцу с близкого расстояния.	1				
82	Броски по мячу после передачи. Игра «Борьба за мяч». Игра «Вышибалы»	1				
83	Броски по кольцу после ведения и остановки. Игра «Мяч капитану».	1				
84	Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди.	1				
85	Ловля и передача мяча в парах, тройках и по кругу. Игра «Мяч ловцу».	1				
86	Различные упражнения и игры на технику владения б/мячом.	1				
87	Сочетание приемов: ведение-остановка-бросок. Игра «Борьба за мяч».	1				
88	Эстафеты с элементами игры баскетбол.	1				
89	Тактика игры. Игра в мини-баскетбол по упрощенным правилам.	1				
90	Правила соревнований.	1				

	Учебная игра в мини-баскетбол.					
91	Мониторинг физической подготовленности. Игра «Вышибалы»	1				
Легкая атлетика – 11 ч.						
92	Легкая атлетика. Инструктаж по ТБ. Ходьба, бег, прыжки.	1	Научатся:	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей. Коммуникативные: допускают возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с их собственной, и ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. Личностные: ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата	НРЭО	
93	Упражнения на технику прыжка в высоту с разбега способом «перешагивания» и метания малого мяча.	1	Описывать технику метания и прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в			
94	Оценка техники выполнения прыжка в высоту с разбега.	1	технике выполнения метания и прыжков.			
95	Спринтерский бег. Стартовый разгон. Бег 30 м.	1				
96	Эстафетный бег с передачей по этапам.	1	Осваивать технику метания и прыжка.			
97	Бег 1000 м на результат.	1				
98	Кросс. Преодоление полосы препятствий.	1				
99	Теоретическое тестирование «Основы физической культуры».	1	Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении упражнений.			
100	Урок – игра спортсмены.	1				
101	Игра «Путешествие в Спортландию».	1				
102	Игры и эстафеты на свежем воздухе. Подведение итогов за год. Игра «Вышибалы»	1	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений.			

Реализация национальных, региональных и этнокультурных особенностей

Национальные, региональные и этнокультурные особенности реализуются в объеме 59 часов. Контрольные уроки по тестированию физических способностей, согласно регионального стандарта (24 часов), уроки лыжной подготовки (20 часов) и основы знаний в процессе практических уроков. Основы знаний проводятся перед прохождением нового раздела программы. В процессе практических уроков включаются в занятие национальные подвижные игры, которые в свою очередь направлены на воспитание гармонично развитой, активной и коммуникабельной личности.

Уроки реализующие национальные, региональные и этнокультурные особенности отмечены в таблице «Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы» годовом плане-графике прохождения учебного материала.

Требования к уровню подготовки обучающихся по классам

1 класс

В результате освоения программного материала по физической культуре учащиеся 1 класса должны:

- иметь представление:
 - о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;
 - о способах изменения направления и скорости движения;
 - о режиме дня и личной гигиене;
 - о правилах составления комплексов утренней зарядки;
- уметь:
 - выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;
 - выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;
 - играть в подвижные игры;
 - выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;
 - выполнять строевые упражнения;
- демонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 1).

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

2 класс

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;
 - о правилах проведения закаливающих процедур;
 - об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;
- уметь:
 - определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
 - 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;
- продемонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 2).

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

3 класс

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся 3 класса должны:

- иметь представление:
 - о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;
 - о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;
 - об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;
- уметь:
 - составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;
 - выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;
 - проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);
 - составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;
 - вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;
- продемонстрировать уровень физической подготовленности (см. табл. 3).

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	5	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

Оценочные материалы для текущего контроля успеваемости по предмету «Физическая культура»

**Уровень физической подготовленности
1 класс**

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

2 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	14 – 16	8 – 13	5 – 7	13 – 15	8 – 12	5 – 7
Прыжок в длину с места, см	143 – 150	128 – 142	119 – 127	136 – 146	118 – 135	108 – 117
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,0 – 5,8	6,7 – 6,1	7,0 – 6,8	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,0 – 6,8
Бег 1000 м	Без учета времени					

3 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	5	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				12	8	5
Прыжок в длину с места, см	150 – 160	131 – 149	120 – 130	143 – 152	126 – 142	115 – 125
Бег 30 м с высокого старта, с	5,8 – 5,6	6,3 – 5,9	6,6 – 6,4	6,3 – 6,0	6,5 – 5,9	6,8 – 6,6
Бег 1000 м, мин. с	5.00	5.30	6.00	6.00	6.30	7.00
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	8.00	8.30	9.00	8.30	9.00	9.30

4 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание в висе, кол-во раз	6	4	3			
Подтягивание в висе лежа, согнувшись, кол-во раз				18	15	10
Бег 60 м с высокого старта, с	10.0	10.8	11.0	10.3	11.0	11.5
Бег 1000 м, мин. с	4.30	5.00	5.30	5.00	5.40	6.30
Ходьба на лыжах 1 км, мин. с	7.00	7.30	8.00	7.30	8.00	8.30

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 3 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.