
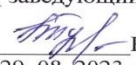


Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
Мирновской средней школы имени Сергея Юрьевича Пядышева в с.Суходол  
( Филиал МБОУ Мирновской СШ в с.Суходол)

**«Рассмотрена»**  
на заседании ШМО  
учителей общеразвивающего  
цикла  
Руководитель ШМО  
 Е.А.Волкова  
Протокол №1  
от 29. 08.2023 г.

**«Рассмотрена»**  
на заседании педагогического  
совета  
протокол № 9  
от 29.08.2023 г.

**«Согласована»**  
Заместитель директора  
( заведующий филиала)  
 Н.П.Пузакова  
29. 08 .2023 г.

**«Утверждена»**  
Директор школы  
 Т.Н.Барашкова  
Приказ № 155  
от 29. 08. 2023 г.

**Рабочая программа  
по физической культуре 3ф класса (базовый уровень)  
2023-2024 учебный год**

**Рабочая программа составлена на основе:**

1. Федерального Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г № 273-ФЗ);
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373 (с учётом изменений)
3. Федеральная образовательная программа начального общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372

1) В.И. Лях. Физическая культура.3 класс. Учебник для общеобразоват. организаций. В 1 ч. — М.: Просвещение, 2018

Количество часов: **всего 102 часа**  
в неделю **3 часа**

Учитель: Тарасова Любовь Ивановна

Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения  
Мирновской средней школы имени Сергея Юрьевича Пядышева в с.Суходол  
( Филиал МБОУ Мирновской СШ в с.Суходол)

**«Рассмотрена»**  
на заседании ШМО  
учителей общеразвивающего  
цикла  
Руководитель ШМО  
\_\_\_\_\_Е.А.Волкова  
Протокол №1  
от 29. 08.2023 г.

**«Рассмотрена»**  
на заседании педагогического  
совета  
протокол № 9  
от 29.08.2023 г.

**«Согласована»**  
Заместитель директора  
( заведующий филиала)  
\_\_\_\_\_  
Н.П.Пузакова  
29. 08 .2023 г.

**«Утверждена»**  
Директор школы  
\_\_\_\_\_  
Т.Н.Барашкова  
Приказ № 155  
от 29. 08. 2023 г.

**Рабочая программа  
по физической культуре 3ф класса (базовый уровень)  
2023-2024 учебный год**

**Рабочая программа составлена на основе:**

1. Федерального Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г № 273-ФЗ) ;
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373 (с учётом изменений)
3. Федеральная образовательная программа начального общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372

1) В.И. Лях. Физическая культура.3 класс. Учебник для общеобразоват. организаций. В 1 ч. — М.: Просвещение, 2018

Количество часов: **всего 102 часа**  
в неделю **3 часа**

**Учитель: Тарасова Любовь Ивановна**

#### **Пояснительная записка**

#### **: Нормативными документами для составления рабочей программы являются:**

1. Федерального Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012г № 273-ФЗ);
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 №373 (с учётом изменений)
3. – Федеральная образовательная программа начального общего образования, утв. приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372
4. Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации «О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2020–2021 годов» от 13.07.2020 № 20;
5. . Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) 3.1/2.4.3598-20;
6. Основная образовательная программа начального общего образования Филиала МБОУ Мирновской СШ в с.Суходол
7. Учебный план Филиала МБОУ Мирновской СШ в с.Суходол на 2023-2024 учебный год

#### **Информация об учебно-методическом комплекте для реализации рабочей программы:**

- 1.В.И. Лях. Физическая культура. 3 класс.Учебник. — М.: Просвещение, 2018.
2. В.И. Лях. Обучение в 3 классе по учебнику «Физическая культура». — М.: Просвещение, 2018

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Данная программа обеспечивает достижение необходимых личностных, метапредметных, предметных результатов освоения курса, заложенных в ФГОС НОО.

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

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

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения: характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами**

К концу обучения в **3 классе** обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

- соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;

- демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
- измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
- выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
- выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
- выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
- передвигаться по нижней жерди гимнастической стенки приставным шагом в правую и левую сторону, лазать разноимённым способом;
- демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
- демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
- выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
- передвигаться на лыжах одновременным двухшажным ходом, спускаться с пологого склона в стойке лыжника и тормозить плугом;
- выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и в движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
- выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ**

### **Регулятивные**

#### ***Учащиеся научатся:***

- руководствоваться правилами поведения на уроках физической культуры;
- продумывать и устанавливать последовательность упражнений в комплексах утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток, руководствуясь правилами;
- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- самостоятельно выполнять заданные комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- анализировать и оценивать результаты, находить возможности и способы их улучшения (под руководством учителя);
- участвовать в подвижных играх, руководствуясь правилами.

#### ***Учащиеся получают возможность научиться:***

- ставить собственные цели и задачи по развитию физических качеств;
- планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

- осмысленно выбирать способы и приёмы действий при выполнении физических упражнений и в спортивных играх;
- соотносить свои результаты с показателями физической нагрузки;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- самостоятельно организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- выделять эстетические характеристики в движениях человека, оценивать красоту телосложения и осанки;
- организовывать подвижные игры во время прогулок.

### **Познавательные**

#### ***Учащиеся научатся:***

- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;
- различать виды физических упражнений, виды спорта;
- сравнивать, группировать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
- устанавливать зависимость частоты сердечных сокращений от физической нагрузки;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека. *Учащиеся получат возможность научиться:*
- находить нужную информацию, используя словарь учебника, дополнительную познавательную литературу справочного характера;
- устанавливать и объяснять связь между физической культурой и здоровьем человека, развитием человека;
- сравнивать, классифицировать виды ходьбы и бега, виды спорта;
- соотносить физические упражнения с развитием определённых физических качеств и группировать их;
- устанавливать связь между изменениями в сердечной, дыхательной, мышечной системах организма и физической нагрузкой.

### **Коммуникативные**

#### ***Учащиеся научатся:***

- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации. *Учащиеся получат возможность научиться:*
- участвовать в беседе и рассказывать о первых соревнованиях на территории Древней Руси, о достижениях российских спортсменов на Олимпийских играх;
- высказывать собственное мнение о значении физической культуры для здоровья человека, для личного здоровья;
- задавать вопросы уточняющего характера по организации игр;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;

- договариваться и приходить к общему решению;
- дополнять или отрицать суждение, приводить примеры.

## Содержание учебного предмета

В предложенной программе выделяются три раздела: **«Основы знаний о физической культуре»**, **«Способы физкультурной деятельности»**, **«Физическое совершенствование»**.

Раздел «Основы знаний о физической культуре» включает материал, посвященный истории физической культуры и спорта, строению человека, личной гигиене, физическим способностям человека.

Раздел «Способы физкультурной деятельности» знакомит учеников с возможными движениями человека, а также содержит учебный материал, направленный на освоение основных жизненно важных умений и навыков.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» направлено на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья.

Во время проведения 3-х часов уроков физической культуры в неделю рекомендуется использовать упражнения, направленные на развитие физических качеств и способностей детей, их функциональные возможности. Большую часть времени посвящать проведению подвижных игр, в зимнее время — играм на лыжах и санках. При наличии бассейна — включить в программу занятия плаванием.

### **Основы знаний о физической культуре (в процессе урока)**

История зарождения физической культуры на территории Древней Руси. Понятие о физической подготовке и её влиянии на развитие основных физических качеств. Сведения о физической нагрузке и её влиянии на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Измерение длины и массы тела, показателей физических качеств. Соревновательные упражнения и их отличие от физических упражнений. Правила составления комплексов упражнений, направленных на развитие физических качеств.

**Способы физкультурной деятельности (в течение года)** Самостоятельные занятия. Контроль величины нагрузки по показателям ЧСС.

Выполнение закаляющих процедур. Составление и выполнение комплексов упражнений, направленных на развитие физических качеств.

Организация и проведение подвижных игр во время прогулок и каникул.

### **Физическое совершенствование (102 часа)**

Организующие команды и приёмы: строевые упражнения. Движение по диагонали, повороты направо, налево в движении, перестроение из колонны по одному в колонну по два, по три.

### **Лёгкая атлетика ( 25 часов)**

Ходьба: с изменением длины и частоты шагов; с перешагиванием через скамейки; в разном темпе под звуковые сигналы.

Бег: челночный бег 3х10 м, эстафетный бег, бег с изменением частоты и длины шагов, бег с преодолением препятствий, равномерный, медленный бег до 5 мин, бег из различных исходных положений.

Прыжки: прыжки через скакалку с вращением назад, прыжки в высоту с прямого разбега, в длину способом «согнув ноги», прыжки с высоты до 60 см.

Метание: малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 5 м, метание на дальность и заданное расстояние.

Броски: набивного мяча (1 кг) от груди, из-за головы, снизу вперед-вверх.

### **Гимнастика с основами акробатики (24 часа)**

Акробатические упражнения: два-три кувырка вперед, стойка на лопатках из упора присев, «мост» из положения лёжа на спине, перекат назад в группировке с последующей опорой руками за головой.

Гимнастические упражнения прикладного характера: перелезание через препятствие (высота 90 см), ритмические шаги, вис согнув ноги, вис на согнутых руках, преодоление полосы препятствий, переползание по-пластунски.

### **Лыжная подготовка (20 часов)**

Организующие команды и приёмы: построение в одну шеренгу с лыжами в руках, перестроение из шеренги в колонну по одному, передвижение с лыжами, держа их на плече или под рукой. Способы передвижений на лыжах: скользящий шаг, попеременный двухшажный ход. Повороты: переступанием на месте, в движении. Спуск: в основной, низкой стойке. Подъём: «лесенкой», «ёлочкой». Торможение «плугом».

### **Подвижные игры (33 часа)**

На материале лёгкой атлетики: «Вызов номеров», «Третий лишний», «Линейная эстафета», «Попади в мяч», «Передал-садись».

На материале гимнастики с основами акробатики: «Запрещённое движение», «Невод», «Не давай мяч водящему», «Охотники и утки», «Гонка мячей по кругу».

На материале лыжной подготовки: «Воротца», «Кто дальше?», «Быстрый лыжник», «Эстафета на лыжах».

На материале спортивных игр: выполнение заданий с элементами спортивных игр.

Национальные игры: русская народная игра «У медведя во бору», белорусская народная игра «Ёжик и мыши»

**Таблица тематического распределения часов на уровень обучения**

№ п/п	Разделы	По авторской программе	По рабочей программе
	Базовая часть.	68	68
1	Знания о физической культуре	6	6
2	Способы физкультурной деятельности		(в течение года)



3	Физическое совершенствование:		
	легкая атлетика	25	25
	гимнастика с основами акробатики	24	24
	лыжная подготовка	20	20
	подвижные игры	33	33
	ОРУ (в содержании соответствующих разделов программы)		
4	Вариативная часть. Подвижные игры с элементами спортивных игр.	34	34
	Итого часов	102	102

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Кол-во часов	Домашнее задание	Дата по плану	Дата фактическая
<b>Лёгкая атлетика - 13 часов</b>						
1	Инструктаж по ТБ	Вводный	1	Повторить правила по ТБ	01.09.	
2	Положение –«низкий старт»	Комплексный	1	Закрепить изученный материал	05.09.	
3	Бег на короткие дистанции	Изучение нового материала	1	Закрепить изученный материал	06.09.	
4	Бег на короткие дистанции	Учетный	1	Развивать быстроту.	08.09.	
5	Бег на средние дистанции	Совершенствование	1	<b>Совершенствовать технику бега.</b>	12.09.	
6.	Бег на средние дистанции	Учетный	1	<b>. Совершенствовать технику бега.</b>	13.09.	
7	Бег на длинные дистанции	Изучение нового материала	1	<b>Совершенствовать технику бега</b>	15.09.	
8.	Бег на длинные дистанции	Учетный	1	Развивать быстроту.	19.09.	
9.	Метание теннисного мяча в вертикальную цель с 6 м.	Изучение нового материала	1	<b>Совершенствовать технику метания мяча</b>	20.09.	
10.	Метание теннисного мяча в горизонтальную цель с 6 м	Изучение нового материала	1	<b>Совершенствовать технику метания мяча</b>	22.09.	
11.	Прыжок в длину с места	Комплексный	1	Развивать технику прыжка.	26.09.	
12	Прыжок в длину с места	Учетный	1	Развивать технику прыжка.	27.09.	
13	Преодоление полосы препятствий	Комплексный	1	Развивать быстроту	29.09	
<b>СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ-12 ч « баскетбол»</b>						

14	Правила по ТБ на уроках спортивных игр	Изучение нового материала	1	Повторить правила по ТБ	.03.10	
15	Достижения российских спортсменов на Олимпийских играх	Изучение нового материала	1	Закрепить изученный материал	04.10.	
16	Правила игры баскетбол	Комплексный		Закрепить изученный материал	06.10	
17	Ведение мяча на месте	Изучение нового материала	1	Закрепить изученный материал	17.10.	
18	Ведение мяча по прямой	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	18.10	.
19	Передача мяча в парах	Комплексный	1	Закрепить технику владения мячом	20.10.	
20	Верхняя передача мяча	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	24.10.	
21	Нижняя передача мяча	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	25.10.	
22	Бросок мяча от груди двумя руками	Изучение нового материала	1	Закрепить технику владения мячом	27.10.	
23	Бросок мяча от груди двумя руками	Учетный	1	Закрепить технику владения мячом	31.10.	
24	Учебная игра	Комплексный	1	Подобрать игры	01.11	
25	Учебная игра	Комплексный	1	Закрепить изученный материал	03.11.	
<b>ГИМНАСТИКА С ОСНОВАМИ АКРОБАТИКИ - 24ч.</b>						
26	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики	Изучение нового материала	1	Повторить правила по ТБ	07.11.	
27	Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений	Изучение нового материала	1	Закрепить изученный материал	08.11.	

28	Комплекс ритмической гимнастики	Комплексный	1	Закрепить разученные упражнения	10.11	
29	Перелезание через препятствия	Комплексный	1	Закрепить разученные упражнения	14.11	.
30	Положение « группировка»	Изучение нового материала	1	Закрепить разученные упражнения	15.11	
31	Перекувы в сторону	Изучение нового материала	1	Закрепить разученные упражнения	17.11	
32	Кувырок вперед	Совершенствование	1	<b>Выполнять разученные упражнения</b>	28.11	
33	Кувырок назад	Совершенствование	1	Закрепить разученные упражнения	29.11	
34	Мост из положения лежа на спине	Изучение нового материала	1	Закрепить разученные упражнения	01.12	
35	Общая физическая подготовка	Совершенствование	1	Закрепить разученные упражнения	05.12	
36	Акробатическая комбинация	Совершенствование	1	Закрепить разученные упражнения	06.12	
37	Акробатическая комбинация	Совершенствование	1	Закрепить разученные упражнения	08.12	
38	Акробатическая комбинация	Учетный	1	<b>Совершенствовать акробатические комбинации</b>	12.12	
39	Комплекс упражнений с гимнастическими палочками для формирования правильной осанки	Изучение нового материала	1	<b>Совершенствовать акробатические комбинации</b>	13.12	
40	Вис углом	Изучение нового материала	1	<b>Совершенствовать акробатические</b>	15.12	.

				<b>комбинации</b>		
41	Вис на согнутых руках	Изучение нового материала	1	<b>Совершенствовать акробатические комбинации</b>	19.12	
42	Общая физическая подготовка	Совершенствование	1	<b>Выполнять разученные акробатические упражнения</b>	20.12	
43	Прыжки через скакалку	Совершенствование	1	Развивать технику прыжка.	22.12	
44	Прыжки через скакалку	Учетный	1	Развивать технику прыжка.	26.12	
45	Лазание по канату в три приема	Комплексный	1	Закрепить разученные упражнения	29.12	
46	Лазание по канату в три приема	Учетный	1	Закрепить разученные упражнения	09.01	
47	Общая физическая подготовка	Совершенствование	1	Закрепить разученные упражнения	10.01	
48	Полоса препятствий	Комплексный	1	Развивать быстроту	12.01	
49	Полоса препятствий	Комплексный		Развивать быстроту	16.01	
<b>Лыжная подготовка. Подвижные игры на воздухе – 20 часов</b>						
50	Инструктаж по ТБ на уроках лыжной подготовки	Изучение нового материала	1	Повторить правила по ТБ	17.01	
51	Повороты переступанием на месте	Изучение нового материала	1	<b>Повторить технику поворотов на лыжах</b>	19.01	.
52	Повороты переступанием в движении	Изучение нового	1	<b>Повторить технику</b>	23.01	

		материала		поворотов на лыжах		
53	Повороты переступанием в движении	Совершенствование	1	Повторить технику поворотов на лыжах	24.01	
54	Попеременный двухшажный ход	Изучение нового материала	1	Повторить технику разных ходов	26.01	
55	Попеременный двухшажный ход	Комплексный	1	Повторить технику разных ходов	30.01	
56	Попеременный двухшажный ход	Учетный	1	Повторить технику разных ходов	31.01	
57	Спуск в основной стойке	Комплексный	1	Совершенствовать технику спуска.	02.02	
58	Спуск в низкой стойке	Комплексный	1	Совершенствовать технику спуска	06.02	
59	Одновременный двухшажный ход	Изучение нового материала	1	Повторить технику разных ходов	07.02	.
60	Одновременный двухшажный ход	Комплексный	1	Повторить технику разных ходов	09.02.	
61	Одновременный двухшажный ход	Учетный	1	Повторить технику разных ходов	13.02	
62	Подъем «ёлочкой»	Изучение нового материала	1	Повторить подъем «Ёлочкой».	14.02	
63	Торможение «упором»	Изучение нового материала	1	Совершенствовать технику спуска	16.02	
64	Спуски и подъемы изученными способами	Совершенствование	1	Повторить технику разных ходов	27.02	

65	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах	Совершенствование	1	Повторить технику разных ходов	28.02	
66	Совершенствование изученных способов передвижения на лыжах	Совершенствование	1	Повторить технику разных ходов	01.03	
67	Бег на лыжах 1500км.	Совершенствование	1	Подобрать игры	05.03	
68	Эстафеты и подвижные игры на лыжах	Комплексный	1	Повторить технику разных ходов	06.03	
69	Эстафеты и подвижные игры на лыжах	Комплексный	1	Повторить технику разных ходов	08.03	
<b>СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ - 21 ч.Волейбол 10ч, баскетбол 11ч.</b>						
70	Правила по ТБ на уроках спортивных игр	Изучение нового материала	1	Повторить правила по ТБ	12.03.	
71	Влияние занятий физической культурой на работу сердца, легких.	Изучение нового материала	1	Закрепить технику владения мячом	13.03.	.
72	Правила игры волейбол	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	15.03	
73	Стойки игрока	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	19.03	
74	Перемещения игрока	Комплексный	1	Закрепить технику владения мячом	20.03.	
75	Верхние прием и передача мяча в парах	Комплексный	1	Закрепить технику владения мячом	22.03	
76	Верхние прием и передача мяча в парах	Учетный	1	Закрепить технику владения мячом	26.03	.
77	Прием и передача мяча через сетку	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	27.03.	
78	Прием и передача мяча через сетку	Учетный	1	Закрепить технику владения мячом	29.03	.

						.
79	Учебная игра	Совершенствование	1	Подобрать игры	02.04.	
80	Правила игры баскетбол	Изучение нового материала	1	Повторить правила по ТБ	03.04	
81	Стойки и передвижения игрока	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	05.04.	
82	Ведение мяча в движении	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	16.04	
83	Ведение мяча со сменой направления	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	17.04	
84	Верхняя передача мяча	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	19.04.	
85	Нижняя передача мяча	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	23.04.	
86	Бросок мяча от груди 2-мя руками	Совершенствование	1	Закрепить технику владения мячом	24.04.	
87	Бросок мяча от груди 2-мя руками	Учетный	1	Закрепить технику владения мячом	26.04	
88	Взаимодействие в парах	Изучение нового материала	1	Закрепить технику владения мячом	30.04.	
89	Учебная игра	Комплексный	1	Подобрать игры	01.05	
90	Учебная игра	Комплексный	1	Подобрать игры	03.05	
<b>ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА -12ч</b>						
91	Правила передачи эстафетной палочки	Комплексный	1	Повторить правила по ТБ	07.05	
92	Эстафетный бег	Комплексный	1	Развивать быстроту	08.05	



93	Эстафетный бег	Совершенствование	1	Развивать быстроту	10.05	
94	Бег 30 метров	Учетный	1	Развивать быстроту	14.05	
95	Бег 6 минут	Комплексный	1	Совершенствовать технику бега	15.05	
96	Прыжки через скакалку вращая ее назад	Изучение нового материала	1	Развивать технику прыжка через скакалку .	17.05	
97	Прыжок в длину с места	Учетный	1	Развивать технику прыжка в длину	21.05	
98	Прыжок в длину с разбега	Учетный	1	Развивать технику прыжка в длину.	22.05	
99	Бросок набивного мяча от груди на дальность (1кг)	Комплексный	1	Развивать технику метания мяча.	24.05	
100	Бросок набивного мяча из-за головы на дальность (1 кг)	Итоговый	1	Развивать технику метания мяча.	28.05	
101	Полоса препятствий	Комплексный	1	Подобрать игры..	29.05	
102	Полоса препятствий	Комплексный	1		31.05	

### ЛИСТ КОРРЕКЦИИ

№ урока	Причина коррекции	Коррекционные мероприятия	Дата

## **Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:**

### **1. Знания**

При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы, тестирование.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
За ответ, в котором уч-ся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности.	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.	За непонимание и незнание материала программы.

### **2. Техника владения двигательными умениями и навыками.**

Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Уч-ся не может выполнить движение в нестандартных	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив		и сложных в сравнении с уроком условиях	
--	--	---	--

**1. Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.**

2.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Уч-ся умеет: - самостоятельно организовать место занятий; - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги	Учащийся: - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; - допускает незначительные ошибки в подборе средств; - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов	Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов

**3. Уровень физической подготовленности учащихся.**

4.

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени	Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста	Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту	Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению физической подготовленности должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.)

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

**Сводная таблица нормативных оценок уровня физической подготовленности учащихся I—IV классов.**

Возраст	Мальчики	Девочки
	Уровень	

	ПОДГОТОВЛЕННОСТИ					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
1	2	3	4	5	6	7
Бег 1000 м (мин, с)						
8	5,36 и ниже	5,37-8,30	8,31 и выше	5,50 и ниже	5,51-8,50	8,51 и выше
9	5,16 и ниже	5,17-8,15	8,16 и выше	5,40 и ниже	5,41-8,40	8,41 и выше
10	5,00 и ниже	5,01-8,00	8,01 и выше	5,30 и ниже	5,31-8,30	8,31 и выше
Челночный бег 3x10 м						
6	10,2 и ниже	11,2-10,8	11,8 и выше	10,8 и ниже	11,6-11,0	12,1 и выше
7	9,9 и ниже	10,8-10,3	11,2 и выше	10,2 и ниже	11,3-10,6	11,7 и выше
8	9,1 и ниже	10,0-9,5	10,4 и выше	9,7 и ниже	10,7-10,1	11,2 и выше
9	8,8 и ниже	9,9-9,3	10,2 и выше	9,3 и ниже	10,3-9,7	10,8 и выше
10	8,6 и ниже	9,5-9,0	9,9 и выше	9,1 и ниже	10,0-9,5	10,4 и выше
Подтягивания (кол-во раз) Вис (с)						
6	3 и выше	2	1 и ниже	10 и выше	4-9	3 и ниже
7	4 и выше	2-3	1 и ниже	12 и выше	5-11	4 и ниже
8	5 и выше	3-4	2 и ниже	14 и выше	7-13	6 и ниже

9	6 и выше	3-5	2 и ниже	16 и выше	8-15	7 и ниже
10	7 и выше	4-6	3 и ниже	18 и выше	9-17	8 и ниже
Подъём туловища за 30 с (кол-во раз)						
6	17 и выше	9-16	8 и ниже	16 и выше	8-15	7 и ниже
7	18 и выше	9-17	8 и ниже	17 и выше	9-16	8 и ниже
8	19 и выше	10-18	9 и ниже	17 и выше	9-16	8 и ниже
9	20 и выше	10-19	9 и ниже	18 и выше	9-17	8 и ниже
10	21 и выше	11-20	10 и ниже	18 и выше	9-17	8 и ниже
Наклон вперёд из седа ноги врозь (см)						
6	6 и выше	3-5	2 и ниже	11 и выше	6-10	5 и ниже
7	7 и выше	4-6	3 и ниже	12 и выше	6-11	5 и ниже
8	8 и выше	4-7	3 и ниже	12 и выше	6-11	5 и ниже
9	9 и выше	5-8	4 и ниже	13 и выше	7-12	6 и ниже
10	10 и выше	5-9	4 и ниже	14 и выше	7-13	6 и ниже

## **Проектная деятельность**

Будь здоров!

В гостях у гигиены.

Виды спорта.

Движение - это жизнь и здоровье.

Зачем нужен спорт?

Здоровый образ жизни.

Зимние виды спорта.

История возникновения скакалки.

История мяча и игр с мячом.

Мой любимый вид спорта.