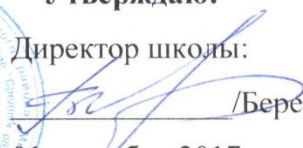




Утверждаю:

Директор школы:

 /Березина И.В./

01 сентября 2017 г.

Рабочая программа по физической культуре

(базовый уровень)

3 «А» класс

Составитель: Вандышева Галина Владимировна

учитель начальных классов I категории

2017 г.

Планируемые результаты изучения программы

Личностные

- формирование чувств гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимание и сопереживание чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Предметные

Ученик научится:

- формировать первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладевать умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формировать навык систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)

Ученик получит возможность научиться:

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья: планировать и корректировать режим дня с учетом своей учебной и внешкольной деятельности, показатели своего здоровья, физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Метапредметные

Познавательные

Ученик научится:

- осуществлять анализ выполненных действий;
- активно включаться в процесс выполнения заданий;
- выражать творческие отношения к выполнению комплексов общеразвивающих упражнений

Ученик получит возможность научиться:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики, физических упражнений, комплексы направленные на развитие координации;
- выполнять строевые упражнения;
- играть в подвижные игры;
- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;
- организовывать и проводить самостоятельные формы занятия, закаливающие процедуры.

Регулятивные

Ученик научится:

- уметь принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств;
- планировать свои действия при выполнении комплексов упражнений с предметами и без и условиями их реализации;
- осуществлять действие по образцу и заданному плану;
- учитывать правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать оценку учителя;
- оценивать правильность выполнения двигательных действий

Ученик получит возможность научиться:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культуры.

Коммуникативные

Ученик научится:

- владеть культурой речи, вести диалог в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение;
- добывать недостающую информацию с помощью вопросов;
- уметь слушать и вступать в диалог;
- способность участвовать в речевом общении;

Ученик получит возможность научиться:

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять сдержанность, рассудительность;
- устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- адекватно оценивать собственные поведения и поведения окружающих.

Основное содержание программы

Раздел. Знания о физической культуре

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Раздел. Способы физкультурной деятельности

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

Раздел. Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Акробатические упражнения: кувырок назад до упора на коленях и до упора присев; мост из положения лежа на спине; прыжки со скакалкой с изменяющимся темпом ее вращения.

Гимнастические упражнения прикладного характера: лазанье по канату (3 м) в два и три приема; передвижения и повороты на гимнастическом бревне.

Легкая атлетика

Прыжки в длину и высоту с прямого разбега, согнув ноги.

Тестирование бега на 30 м с высокого старта.

Техника челночного бега

Тестирование челночного бега 3*10 м
Способы метания мешочка (мяча) на дальность
Тестирование метания мешочка на дальность
Метание малого мяча в цель
Тестирование по метанию малого мяча в цель.
Тестирование прыжка в длину с места.
Полоса препятствий
Усложненная полоса препятствий
Совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега.
Прыжок в высоту с прямого разбега на результат.
Прыжок в высоту спиной вперед
Прыжки на мячах-хопах
Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу».
Броски набивного мяча правой и левой рукой
Тестирование прыжка в длину с места.
Техника метания малого мяча на точность.
Тестирование метания малого мяча на точность.
Беговые упражнения
Тестирование бега на 30 м.с высокого старта.
Тестирование челночного бега 3*10 м
Тестирование метания мяча на дальность
Бег на 1000 м

Лыжная подготовка

Ступающий скользящий шаг на лыжах с палками.
Повороты на лыжах переступанием и прыжком.
Попеременный двухшажный ход на лыжах
Одновременный двухшажный ход на лыжах
Подъём «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон на лыжах в основной стойке.
Подъём «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах
Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»
Подвижная игра на лыжах «Накаты»
.
Спуск на лыжах со склона в низкой стойке
Спуск на лыжах со склона в низкой стойке и «змейкой»
Передвижение на лыжах различными ходами
Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах.
Контрольный урок по лыжной подготовке

Подвижные и спортивные игры

«Ловишка», «Ловишка с мешочком на голове», «Колдунчики», «Салки», «Салки – дай руку», «Прерванные пятнашки», «Собачки», «Собачки ногами», «Бросай далеко, собирай быстрее», «Вышибалы», «Антивышибалы», «Белые медведи», «Волк во рву», «Ловля обезьян с мячом», «Перестрелка», «Пустое место», «Осада города», «Подвижная цель», «Совушка», «Удочка», «Салки с домиками», «Перебежки с мешочком на голове», «Мяч в туннеле», «Парашютисты», «Волшебные елочки», «Белочка-защитница», «Горячая линия», «Будь осторожен», «Шмель», «Накаты», «Вышибалы с кеглями», «Вышибалы через сетку», «Штурм», «Ловишка на хопках», «Пионербол», «Точно в цель», «Борьба за мяч», «Вызов», «Командные хвостики», «Круговая охота», «Флаг на башне», «Марш с закрытыми глазами», играть в спортивные игры (футбол, баскетбол, пионербол,

волейбол).

Баскетбол: специальные передвижения, остановка прыжком с двух шагов, ведение мяча в движении вокруг стоек («змейкой»), ловля и передача мяча двумя руками от груди; бросок мяча с места; подвижные игры: «Попади в кольцо», «Гонка баскетбольных мячей»

Волейбол: прием мяча снизу двумя руками; передача мяча сверху двумя руками вперед-вверх; нижняя прямая подача; подвижные игры: «Не давай мяча водящему», «Круговая лапта».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств:
упражнения для рук с предметами и без предметов; для ног (мяч, палка),
для туловища, наклоны с мячом в разные стороны;
упражнения для подготовки к бегу, к прыжкам, к метанию;
упражнения для мышц шеи, туловища, для кистей рук.

Календарно – тематическое планирование

№ урока	Наименование разделов и тем	Тип урока	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий по теме)	Плановые сроки прохождения темы	Фактические сроки (и/или коррекция)
Раздел 1. Знания о физической культуре (1ч)					
1	Организационно-методические требования на уроках физической культуры	Урок общеметодологической направленности	Строевые упражнения, подвижные игры «Ловишка» и «Колдунчики»	01.09	
Раздел 2. «Легкая атлетика» (5 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
2	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Урок развивающего контроля	Беговая разминка Тестирование бега на 30 м. с высокого старта. Подвижная игра «Салки».	04-08.09	
3	Техника челночного бега	«Открытия» нового знания	Разминка в движении. Челночный бег. П. И. «Колдунчики»	04-08.09	
4	Тестирование челночного бега 3*10 м	Урок развивающего контроля	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3*10 м. Подвижная игра «Собачки ногами»	04-08.09	
5	Способы метания мешочка (мяча) на дальность	Урок рефлексии	Беговая разминка. Различные способы метания мяча на дальность. Подвижная игра «бросай далеко, собирай быстрее»	11-15.09	
6	Тестирование метания мешочка на дальность	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мешочка на дальность. Подвижная игра «Собачки ногами»	11-15.09	
Раздел 3. Знания о физической культуре (1ч)					
7	Пас и его значение для спортивных игр с мячом	«Открытия» нового знания	Разминка в движении. Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	11-15.09	
Раздел 4. Подвижные и спортивные игры(1ч) Планируемые результаты:					
8	Спортивная игра «Футбол»	«Открытия» нового знания	Разминка в движении. Варианты паса мяча ногой. Правила спортивной игры «Футбол»	18-22.09	
Раздел 5. «Легкая атлетика» (3 часов на раздел, 3 часа в неделю)					

9	Прыжок в длину с разбега.	«Открытия» нового знания	Разминка на месте; техника прыжка в длину с разбега, спортивная игра «Футбол»	18-22.09	
10	Прыжки в длину с разбега на результат	Урок рефлексии	Разминка на месте; прыжки в длину на результат; подвижная игра «Собачки ногами»	18-22.09	
11	Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега.	Урок развивающего контроля	Разминка в движении по кругу. Контрольные прыжки в длину с разбега. Спортивная игра «Футбол»	25-29.09	
Раздел 6. Подвижные и спортивные игры(1ч)					
12	Контрольный урок по спортивной игре «Футбол»	Урок развивающего контроля	Разминка в движении по кругу. Правила спортивной игры «Футбол», броски мяча из-за боковой, контрольная игра в футбол	25-29.09	
Раздел 7. «Легкая атлетика» (3ч)					
13	Метание малого мяча в цель	Урок рефлексии	Разминка с малыми мячами. метание мяча на точность. Подвижная игра «гонка мяча по кругу», «мяч капитану»	25-29.09	
14	Тестирование по метанию малого мяча в цель.	Урок развивающего контроля	Разминка с малыми мячами. Тестирование метания малого мяча на точность. П.И. «вышибалы»	02-06.10	
15	Тестирование прыжка в длину с места.	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра « Волк во рву».	02-06.10	
Раздел 8. «Гимнастика с элементами акробатики» (5 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
16	Инструктаж по Т.Б. построение в колонну, шеренгу.	«Открытия» нового знания	Разминка направленная на развитие гибкости. Повторение построений в колонну и шеренгу. П.И. «салки с хвостиками»	02-06.10	
17	Тестирование наклона вперёд из положения стоя.	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Белые медведи». Упражнение на запоминание временного отрезка.	09-13.10	
18	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись.	Урок развивающего контроля	Прыжковая разминка. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. Подвижная игра « Волк во рву».	09-13.10	
19	Тестирование виса на время.	Урок развивающего контроля	Разминка у гимнастической стенки. Те-	09-13.10	

			стирование виса на время. Подвижная игра «Ловля обезьян с мячом».		
20	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на развитие гибкости Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с Подвижная игра «Белые медведи»	16-20.10	
Раздел 9. Подвижные и спортивные игры (11 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
21	Подвижная игра «Перестрелка»	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах. Подвижная игра «Перестрелка».	16-20.10	
22	Правила эстафет.	«Открытия» нового знания	Разминка с мячами. Эстафеты с мячами. Подвижная игра «гонка мяча в колонне».	16-20.10	
23	Ведение мяча медленным шагом. Передача и ловля мяча в парах снизу.	Урок рефлексии	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля. Подвижная игра «Вышибалы».	23-27.10	
24	Бег с перешагиванием через предметы. Ведение мяча шагом	Урок рефлексии	Разминка с мячами. Упражнения с мячами: ведение, броски и ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота».	23-27.10	
25	Преодоление полосы из 5 препятствий. Эстафеты с мячом.	Урок рефлексии	Разминка с закрытыми глазами. Эстафеты с мячами: ведение, броски и ловля, перебрасывание. Подвижная игра «Ночная охота».	23-27.10	
26	Передача и ловля мяча в парах двумя руками из-за головы. Эстафеты с мячом.	«Открытия» нового знания	Разминка в виде эстафет с мячами. Подвижные игры по желанию учеников..	06-10.11	
27	Передача в парах ударом об пол	«Открытия» нового знания	Повторение разминки с закрытыми глазами. Проведение подвижных игр с мячом по желанию учеников.	06-10.11	
28	Ведение мяча шагом	Урок развивающего контроля	Разминка с мячами. Ведение на месте и в движении.	06-10.11	
29	Передачи в парах повторить	Урок рефлексии	Разминка в виде эстафет. Повторить передачи мяча в парах. П.И. «перестрелка»	13-17.11	
30	Передачи в парах	Урок развивающего контроля	Разминка с мячами. Упражнения с мячами в парах.	13-17.11	
31	Подвижная игра «Осада города»	«Открытия» нового знания	Разминка с игровыми упражнениями «запрещенное движение». Подвижные игры для зала. П.И. «осада города»	13-17.11	
Раздел 10. Гимнастика с элементами акробатики (19 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
32	Кувырок вперёд.	Урок общеметодологической	Разминка на матах. Техника кувырка	20-24.11	

		направленности	вперед .Подвижная игра «Удочка».		
33	Кувырок вперёд с разбега и через препятствие	Урок общеметодологической направленности	Разминка на матах. Техника кувырка вперед с разбега, техника кувырка вперед через препятствие	20-24.11	
34	Варианты выполнения кувырка вперёд.	Урок рефлексии	Разминка на матах. Варианты кувырка вперед игровое упражнение на внимание	20-24.11	
35	Кувырок назад.	Урок рефлексии	Разминка на матах. Техника кувырка назад. Подвижная игра « Удочка».	27.11-01.12	
36	Кувырки	Урок рефлексии	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперёд, назад. П. И. «Мяч в туннеле»	27.11-01.12	
37	Круговая тренировка	Урок рефлексии	Разминка с массажными мячами. Круговая тренировка. П. И. «Мяч в туннеле»	27.11-01.12	
38	Элементы акробатики - стойка на голове.	Урок общеметодологической направленности	Разминка с гимнастическими палками. Техника выполнения стойки на голове. П. И. «Парашютисты»	04-08.12	
39	Стойка на руках.	«Открытия» нового знания	Разминка с гимнастическими палками. Техника выполнения стойки на руках, на голове.П. И. «Парашютисты»	04-08.12	
40	Круговая тренировка	Урок рефлексии	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Стойка на голове, на руках Круговая тренировка. П. И. «Волшебные ёлочки»	04-08.12	
41	Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине.	Урок рефлексии	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. П. И. «Белочка- защитница»	11-15.12	
42	Лазанье и перелезание по гимнастической стенке.	Урок общеметодологической направленности	Разминка у гимнастической стенки. Лазанье и перелезание по гимнастической стенке. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. П. И. «Белочка- защитница»	11-15.12	
43	Прыжки в скакалку.	Урок рефлексии	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. Подвижная игра « Горячая линия».	11-15.12	
44	Прыжки в скакалку в тройках.	«Открытия» нового знания	Разминка со скакалкой. Прыжки в скакалку, прыжки в скакалку в тройках, Подвижная игра «Горячая линия».	18-22.12	
45	Лазанье по канату в три приёма.	Урок рефлексии	Разминка со скакалкой. Прыжки со скакалкой и в скакалку. прыжки в скакалку в тройках, лазанье по канату в три приёма. Подвижная игра « Будь осторожен».	18-22.12	

46	Круговая тренировка.	Урок рефлексии	Разминка со скакалкой. Круговая тренировка. Подвижная игра «Будь осторожен».	18-22.12	
47	Упражнения на гимнастическом бревне	Урок общеметодологической направленности	Разминка, направленная на развитие координации движений, прыжки в скакалку в движении, упражнения на гимнастическом бревне. Подвижная игра «Шмель».	25-29.12	
48	Упражнения на гимнастических кольцах.	Урок рефлексии	Разминка, направленная на развитие координации движений, упражнения на гимнастическом бревне, на кольцах. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове».	25-29.12	
49	Варианты вращения обруча.	Урок общеметодологической направленности	Разминка с обручами. Варианты вращения обруча. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове».	25-29.12	
50	Круговая тренировка.	Урок рефлексии	Разминка в движении, круговая тренировка. Подвижная игра «Салки с домиками».	15-19.01	
Раздел 11. «Лыжная подготовка» (14 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
51	Организационно-методические требования на уроках, посвящённых лыжной подготовке. Ступающий и скользящий шаг на лыжах без палок.	Урок общеметодологической направленности	Проверка лыжной формы, инвентаря; ступающий и скользящий лыжный шаг.	15-19.01	
52	Ступающий скользящий шаг на лыжах с палками.	Урок общеметодологической направленности	Пристегивание креплений, передвижение на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	15-19.01	
53	Повороты на лыжах переступанием и прыжком.	Урок общеметодологической направленности	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг с лыжными палками и без них	22-26.01	
54	Попеременный двухшажный ход на лыжах	«Открытия» нового знания	Повороты на лыжах переступанием и прыжком, ступающий и скользящий шаг; попеременный двухшажный ход на лыжах	22-26.01	
55	Одновременный двухшажный ход на лыжах	«Открытия» нового знания	Попеременный двухшажный ход на лыжах, одновременный двухшажный ход на лыжах, прохождение дистанции 1 км на лыжах	22-26.01	
56	Подъём «полуёлочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон на	Урок общеметодологической	Попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах, подъём «полуё-	29.01-02.02	

	лыжах в основной стойке.	направленности	лочкой» и «ёлочкой», спуск под уклон на лыжах в основной стойке.		
57	Подъём «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	«Открытия» нового знания	Подъём на склон «полуёлочкой» и «ёлочкой», «лесенкой» и торможение «плугом»	29.01-02.02	
58	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой»	Урок рефлексии	Передвижение на лыжах различными ходами, спуск на лыжах «змейкой», различные варианты подъёма на склон, спуск со склона в основной стойке	29.01-02.02	
59	Подвижная игра на лыжах «Накаты»	Урок рефлексии	Передвижение на лыжах, спуск на лыжах «змейкой», подвижная игра на лыжах «Накаты»	05-09.02	
60	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке	«Открытия» нового знания	Спуск со склона в приседе, подвижная игра на лыжах «Накаты», передвижение на лыжах различными ходами	05-09.02	
61	Спуск на лыжах со склона в низкой стойке и «змейкой»	Урок рефлексии	Скользкий лыжный шаг с палками; спуск со склона в основной стойке; подъём на склон «полуёлочкой» с палками. Прохождение дистанции 1 км на лыжах.	05-09.02	
62	Передвижение на лыжах различными ходами	Урок рефлексии	Передвижение на лыжах различными ходами, подвижная игра на лыжах «Накаты»	12-16.02	
63	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах.	Урок рефлексии	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах; свободное катание.	12-16.02	
64	Контрольный урок по лыжной подготовке	Урок развивающего контроля	Ступающий и скользящий шаг как с лыжными палками, так и без них; спуск со склона в низкой стойке; подъём на склон «лесенкой»; попеременный и одновременный двухшажный ход на лыжах	12-16.02	
Раздел 12. Знания о физической культуре (1ч)					
65	Закаливание.	Урок общеметодологической направленности	Закаливание, разминка с мячом, упражнения с двумя мячами в парах, подвижная игра «Подвижная цель»	19-22.02	
Раздел 13. Подвижные и спортивные игры (4 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
66	Ведение мяча.	Урок общеметодологической	Закаливание, разминка с мячом. Ведение	19-22.02	

		направленности	мяча Подвижная игра «Подвижная цель»		
67	Совершенствование техники броска и ловли мяча в парах.	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячом. Броски и ловля мяча различными способами. Подвижная игра «котел»	26.02-02-03	
68	Подвижные игры	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячом. Подвижные игры по желанию учеников.	26.02-02-03	
69	Эстафеты с мячом	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячами-хопами в парах. Эстафеты с мячом.	26.02-02-03	
Раздел 14. Легкая атлетика (6 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
70	Полоса препятствий	Урок общеметодологической направленности	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Удочка»	05-09.03	
71	Усложненная полоса препятствий	Урок общеметодологической направленности	Разминка в движении, полоса препятствий, подвижная игра «Совушка»	05-09.03	
72	Совершенствование техники прыжка в высоту с прямого разбега.	Урок рефлексии	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «вышибалы с кеглями»	12-16.03	
73	Прыжок в высоту с прямого разбега на результат.	Урок общеметодологической направленности	Разминка на гимнастических скамейках. Прыжок в высоту с прямого разбега на результат. Подвижная игра «вышибалы с кеглями»	12-16.03	
74	Прыжок в высоту спиной вперед	Урок общеметодологической направленности	Разминка на перевернутых гимнастических скамейках. Прыжок в высоту спиной вперед, прыжок в высоту с прямого разбега. Подвижная игра «Штурм»	12-16.03	
75	Прыжки на мячах-хопах	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячами – хопами в парах, прыжки на мячах -хопах, подвижная игра «Ловишка на хопках»	19-23.03	
Раздел 15. Подвижные и спортивные игры (2 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
:					
76	Броски мяча через волейбольную сетку	Урок рефлексии	Разминка с мячами, броски мяча через волейбольную сетку. Подвижная игра «Вышибалы через сетку»	19-23.03	
77	Подвижная игра «Пионербол»	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячом. Подвижная игра «Пионербол», броски через волейбольную сетку	19-23.03	
Раздел 16. Знания о физической культуре (1ч)					
78	Волейбол как вид спорта	«Открытия» нового знания	Разминка с мячами в парах, спортивная игра «Волейбол»	04-06.04	
Раздел 17. Подвижные игры (2 часа на раздел, 3 часа в неделю)					

79	Подготовка к волейболу	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячами в парах, волейбольные упражнения, выполняемые через сетку, подвижная игра «Пионербол»	04-06.04	
80	Контрольный урок по волейболу	Урок развивающего контроля	Разминка с мячом в движении, знания и умения из области волейбола, подвижная игра «Пионербол»	09-13.04	
Раздел 18. Легкая атлетика (3 ч на раздел, 3 часа в неделю)					
81	Броски набивного мяча способами «от груди» и «снизу».	Урок общеметодологической направленности	Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча от груди. Подвижная игра «Точно в цель».	09-13.04	
82	Броски набивного мяча правой и левой рукой	Урок общеметодологической направленности	Разминка с набивным мячом. Броски набивного мяча из-за головы, а также правой и левой рукой. Подвижная игра «Точно в цель».	09-13.04	
83	Тестирование прыжка в длину с места.	Урок развивающего контроля	Беговая разминка. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Собачки».	16-20.04	
Раздел 19. Гимнастика с элементами акробатики (7 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
84	Лазанье по наклонной гимнастической скамейке	Урок общеметодологической направленности	Разминка в движении, варианты лазанья по наклонной гимнастической скамейке, подвижные игры	16-20.04	
85	Круговая тренировка	Урок рефлексии	Разминка в движении, круговая тренировка	16-20.04	
86	Стойка на лопатках, «мост»-совершенствование.	Урок рефлексии	Разминка, направленная на сохранение правильной осанки. Кувырок вперед. Стойка на лопатках, «мост».	23-27.04	
87	Тестирование виса на время.	Урок развивающего контроля	Разминка с малыми мячами. Тестирование виса на время. Подвижная игра «Борьба за мяч».	23-27.04	
88	Тестирование наклона вперед из положения стоя.	Урок развивающего контроля	Разминка направленная на развитие гибкости. Тестирование наклона вперед из положения стоя. Подвижная игра «Борьба за мяч».	23-27.04	
89	Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа согнувшись.	Урок развивающего контроля	Прыжковая разминка. Тестирование подтягивания на низкой перекладине из виса лёжа. Подвижная игра «Борьба за мяч».	30.04-04.05	
90	Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на развитие гибкости Тестирование подъёма туловища из положения лёжа за 30 с	30.04-04.05	

Раздел 20. Подвижные и спортивные игры (2 часов на раздел, 3 часа в неделю) Планируемые результаты:					
91	Знакомство с баскетболом	«Открытия» нового знания	Разминка с мячом в движении. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	30.04-04.05	
92	Спортивная игра «Баскетбол»	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячом в движении. Броски мяча в баскетбольное кольцо. Спортивная игра «Баскетбол»	07-11.05	
Раздел 21. Легкая атлетика (7 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
93	Техника метания малого мяча на точность.	Урок общеметодологической направленности	Разминка с мячом на месте и в движении. Техника метания различных предметов на точность. Подвижная игра «Ловишка с мешочком на голове».	07-11.05	
94	Тестирование метания малого мяча на точность.	Урок развивающего контроля	Разминка с мячом на месте и в движении. Тестирование метания малого мяча на точность. Спортивная игра «Баскетбол».	07-11.05	
95	Беговые упражнения	Урок рефлексии	Разминка в движении. Беговые упражнения. Подвижная игра «колдунчики»	14-18.05	
96	Тестирование бега на 30 м с высокого старта.	Урок развивающего контроля	Разминка в движении. Тестирование бега на 30 м.с высокого старта. Подвижная игра «Хвостики».	14-18.05	
97	Тестирование челночного бега 3*10 м	Урок развивающего контроля	Разминка в движении. Тестирование челночного бега 3*10 м. Подвижная игра «бросай далеко, собирай быстрее»	14-18.05	
98	Тестирование метания мяча на дальность	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на развитие координации движений. Тестирование метания мяча на дальность. Подвижная игра «Круговая охота»	21-25.05	
99	Бег на 1000 м	Урок развивающего контроля	Разминка, направленная на подготовку к бегу, бег на 1000м	21-25.05	
Раздел 22. Подвижные и спортивные игры (6 часов на раздел, 3 часа в неделю)					
100	Спортивная игра «Футбол»	Урок рефлексии	Разминка в движении. Подвижная игра «Собачки ногами», спортивная игра «Футбол»	21-25.05	
101	Подвижная игра «Флаг на башне»	Урок рефлексии	Разминка в движении. Подвижная игра «Собачки ногами», «Флаг на башне»	28-31.05	

102	Спортивные игры	Урок рефлексии	Беговая разминка, спортивные игры, подвижная игра «Марш с закрытыми глазами»	28-31.05	
103	Командная подвижная игра «хвостики»	Урок рефлексии	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «хвостики» и «совушка».	28-31.05	
104	Русская народная подвижная игра «горелки»	Урок рефлексии	Разминка, направленная на развитие координации движений. Подвижные игры «горелки», «игра птиц»	28-31.05	
105	Подвижные и спортивные игры	Урок рефлексии	Беговая разминка, подвижные и спортивные игры, подведение итогов	28-31.05	
ИТОГО	1) уроков «открытия» нового знания; 2) уроков рефлексии; 3) уроков общеметодологической направленности; 4) уроков развивающего контроля.	17 часов 34 часов 29 часов 25 часов			

Согласовано:

Протокол заседания ШМО

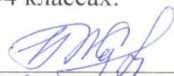
учителей начальных классов

от «30» августа 2017 г. № 1

Согласовано:

Ответственная за организацию УВР

в 1-4 классах:

 /Журавлева И.Е./
«31» 08 2017 г.

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания ШМО от «_____» _____ 2017 г. № _____

СОГЛАСОВАНО

Ответственный за организацию УВР

в начальных классах И.Е.Журавлева

«_____» _____ 2017 г