


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Департамент образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа-

Югры

НРМОБУ "Салымская СОШ № 2"


РАССМОТРЕНО  
Руководитель МО

 Олышевко И.В.

Протокол №5

от "27" 052022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора

 Мамедова Л.Г.

Протокол №1

от "25" 08 2022 г.



Окмянская А.В.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
(ID 3753361)**

учебного предмета  
«Физическая культура»

для 3 класса начального общего образования  
на 2022-2023 учебный год

Составитель: Кожаев Егор Евгеньевич  
Учитель физической культуры

Салым 2022.

---

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

Рабочая программа начального общего образования по физической культуре составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрена решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

При создании программы учитывались потребности современного российского общества в воспитании здорового поколения, государственная политика с национальными целями увеличения продолжительности жизни граждан России и научная теория физической культуры, представляющая закономерности двигательной деятельности человека. Здоровье закладывается в детстве, и качественное образование в части физического воспитания, физической культуры детей дошкольного и начального возраста определяет образ жизни на многие годы.

Основными составляющими в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания являются гимнастика, игры, туризм, спорт.

По данной классификации физические упражнения делятся на четыре группы: гимнастические упражнения, характеризующиеся многообразием искусственно созданных движений и действий, эффективность которых оценивается избирательностью воздействия на строение и функции организма, а также правильностью, красотой и координационной сложностью всех движений; игровые упражнения, состоящие из естественных видов действий (бега, бросков и т.п.), которые выполняются в разнообразных вариантах в соответствии с изменяющейся игровой ситуацией и оцениваются по эффективности влияния на организм в целом и по конечному результату действия; туристические физические упражнения, включающие ходьбу, бег, прыжки, преодоление препятствий, ходьбу на лыжах, езду на велосипеде, греблю в естественных природных условиях, эффективность которых оценивается комплексным воздействием на организм и результативностью преодоления расстояния и препятствий на местности; спортивные упражнения объединяют ту группу действий, исполнение которых искусственно стандартизировано в соответствии с Единой всесоюзной спортивной классификацией и является предметом специализации для достижения максимальных спортивных результатов.

Основные предметные результаты по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования (далее — ФГОС НОО) должны обеспечивать умение использовать основные гимнастические упражнения для формирования и укрепления здоровья, физического развития, физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности.

В программе отведено особое место упражнениям основной гимнастики и играм с использованием гимнастических упражнений. Овладение жизненно важными навыками гимнастики позволяет решить задачу овладения жизненно важными навыками плавания. Программа включает упражнения для развития гибкости и координации, эффективность развития которых приходится на возрастной период начальной школы. Целенаправленные физические упражнения позволяют избирательно и значительно их развить.

Программа обеспечивает «сформированность общих представлений о физической культуре и спорте, физической активности, физических качествах, жизненно важных прикладных умениях и навыках, основных физических упражнениях (гимнастических, игровых, туристических и спортивных)».

Освоение программы обеспечивает выполнение обучающимися нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО и другие предметные результаты

ФГОС НОО, а также позволяет решить воспитательные задачи, изложенные в примерной программе воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 года № 2/20).

Согласно своему назначению примерная рабочая программа является ориентиром для составления рабочих программ образовательных учреждений: она даёт представление о целях, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся в рамках учебного предмета «Физическая культура»; устанавливает обязательное предметное содержание, предусматривает распределение его по классам и структурирование по разделам и темам курса, определяет количественные и качественные характеристики содержания; даёт примерное распределение учебных часов по тематическим разделам и рекомендуемую последовательность их изучения с учётом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся; определяет возможности предмета для реализации требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, а также требований к результатам обучения физической культуре на уровне целей изучения предмета и основных видов учебно-познавательной деятельности / учебных действий ученика по освоению учебного содержания.

В программе нашли своё отражение: Поручение Президента Российской Федерации об обеспечении внесения в примерные основные образовательные программы дошкольного, начального общего, основного общего и среднего общего образования изменений, предусматривающих обязательное выполнение воспитанниками и учащимися упражнений основной гимнастики в целях их физического развития (с учётом ограничений, обусловленных состоянием здоровья); условия Концепции модернизации преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, научные и методологические подходы к изучению физической культуры в начальной школе.

#### **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная деятельность человека с общеразвивающей направленностью с использованием основных направлений физической культуры в классификации физических упражнений по признаку исторически сложившихся систем: гимнастика, игры, туризм, спорт — и упражнений по преимущественной целевой направленности их использования с учётом сенситивных периодов развития учащихся начальной школы. В процессе овладения этой деятельностью формируется костно-мышечная система, укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются необходимые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Учебный предмет «Физическая культура» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения. Существенным компонентом содержания учебного предмета «Физическая культура» является физическое воспитание граждан России. Учебный предмет «Физическая культура» обогащает обучающихся системой знаний о сущности и общественном значении физической культуры и её влиянии на всестороннее развитие личности. Такие знания обеспечивают развитие гармоничной личности, мотивацию и способность обучающихся к различным видам деятельности, повышают их общую культуру.

Программа основана на системе научных знаний о человеке, сущности физической культуры, общих закономерностях её функционирования и использования с целью всестороннего развития людей и направлена на формирование основ знаний в области физической культуры, культуры движений, воспитание устойчивых навыков выполнения основных двигательных действий, укрепление здоровья.

В программе учтены приоритеты в обучении на уровне начального образования, изложенные в Концепции модернизации преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, которые нашли отражение в содержании программы в части получения знаний и умений выполнения базовых упражнений гимнастики для правильного формирования опорно-двигательного аппарата, развития гибкости, координации, моторики; получения эмоционального удовлетворения от выполнения физических упражнений в игровой деятельности.

Программа обеспечивает создание условий для высокого качества преподавания учебного предмета «Физическая культура» на уровне начального общего образования; выполнение требований, определённых статьёй 41 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» «Охрана здоровья обучающихся», включая определение оптимальной учебной нагрузки, режима учебных занятий, создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся; способствует решению задач, определённых в Стратегии развития

физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 г. и Межотраслевой программе развития школьного спорта до 2024 г., и направлена на достижение национальных целей развития Российской Федерации, а именно:

- а) сохранение населения, здоровье и благополучие людей;
- б) создание возможностей для самореализации и развития талантов.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

В основе программы лежат представления об уникальности личности каждого учащегося начальной школы, индивидуальных возможностях каждого школьника и ученического сообщества в целом, профессиональных качествах учителей и управленческих команд системы образования, создающих условия для максимально полного обеспечения образовательных возможностей учащимся в рамках единого образовательного пространства Российской Федерации.

Ценностные ориентиры содержания программы направлены на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. Обучение по программе позволяет формировать у обучающихся установку на формирование, сохранение и укрепление здоровья; освоить умения, навыки ведения здорового и безопасного образа жизни; выполнить нормы ГТО.

Содержание программы направлено на эффективное развитие физических качеств и способностей обучающихся начальной школы; на воспитание личностных качеств, включающих в себя готовность и способность к саморазвитию, самооценке, рефлексии, анализу; формирует творческое нестандартное мышление, инициативность, целеустремлённость; воспитывает этические чувства доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; учит взаимодействовать с окружающими людьми и работать в команде; проявлять лидерские качества.

Содержание программы строится на принципах личностно-ориентированной, личностно-развивающей педагогики, которая определяет повышение внимания к культуре физического развития, ориентации физкультурно-спортивной деятельности на решение задач развития культуры движения, физическое воспитание.

Важное значение в освоении программы уделено играм и игровым заданиям как простейшей форме физкультурно-спортивной деятельности. В программе используются сюжетные и импровизационно-творческие подвижные игры, рефлексивно-метафорические игры, игры на основе интеграции интеллектуального и двигательного компонентов. Игры повышают интерес к занятиям физической культурой, а также содействуют духовно-

нравственному воспитанию обучающихся. Для ознакомления с видами спорта в программе используются спортивные эстафеты, спортивные упражнения и спортивные игровые задания. Для ознакомления с туристическими спортивными упражнениями в программе используются туристические спортивные игры. Содержание программы обеспечивает достаточный объём практико-ориентированных знаний и умений.

В соответствии с ФГОС НОО содержание программы учебного предмета «Физическая культура» состоит из следующих компонентов:

- знания о физической культуре (информационный компонент деятельности);
- способы физкультурной деятельности (операциональный компонент деятельности);
- физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности), которое подразделяется на физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность.

Концепция программы основана на следующих принципах:

*Принцип систематичности и последовательности.* Принцип систематичности и последовательности предполагает регулярность занятий и систему чередования нагрузок с отдыхом, а также определённую последовательность занятий и взаимосвязь между различными сторонами их содержания. Учебный материал программы должен быть разделён на логически завершённые части, теоретическая база знаний подкрепляется практическими навыками. Особое внимание в программе уделяется повторяемости. Повторяются не только отдельные физические упражнения, но и последовательность их в занятиях. Также повторяется в определённых чертах и последовательность самих занятий на протяжении недельных, месячных и других циклов. Принцип систематичности и последовательности повышает эффективность динамики развития основных физических качеств младших школьников с учётом их сенситивного периода развития: гибкости, координации, быстроты.

*Принципы непрерывности и цикличности.* Эти принципы выражают основные закономерности построения занятий в физическом воспитании. Они обеспечивают преемственность между занятиями, частоту и суммарную протяжённость их во времени. Кроме того, принцип непрерывности тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Принцип цикличности заключается в повторяющейся последовательности занятий, что обеспечивает повышение тренированности, улучшает физическую подготовленность обучающегося.

*Принцип возрастной адекватности направлений физического воспитания.* Программа учитывает возрастные и индивидуальные особенности детей младшего школьного возраста, что способствует гармоничному формированию двигательных умений и навыков.

*Принцип наглядности.* Наглядность обучения и воспитания предполагает как широкое использование зрительных ощущений, восприятия образов, так и постоянную опору на свидетельства всех других органов чувств, благодаря которым достигается непосредственный эффект от содержания программы. В процессе физического воспитания наглядность играет особенно важную роль, поскольку деятельность обучающихся носит в основном практический характер и имеет одной из своих специальных задач всестороннее развитие органов чувств.

*Принцип доступности и индивидуализации.* Принцип доступности и индивидуализации означает требование оптимального соответствия задач, средств и методов физического воспитания возможностям обучающихся. При реализации принципа доступности учитывается готовность обучающихся к освоению материала, выполнению той или иной физической

нагрузки и определяется мера доступности задания. Готовность к выполнению заданий зависит от уровня физического и интеллектуального развития, а также от их субъективной установки, выражающейся в преднамеренном, целеустремлённом и волевом поведении обучающихся.

*Принцип осознанности и активности.* Принцип осознанности и активности предполагает осмысленное отношение обучающихся к выполнению физических упражнений, осознание и последовательность техники выполнения упражнений (комплексов упражнений), техники дыхания, дозированной объёма и интенсивности выполнения упражнений в соответствии с возможностями. Осознавая оздоровительное воздействие физических упражнений на организм, обучающиеся учатся самостоятельно и творчески решать двигательные задачи.

*Принцип динамичности.* Принцип динамичности выражает общую тенденцию требований, предъявляемых к обучающимся в соответствии с программой, которая заключается в постановке и выполнении всё более трудных новых заданий, в постепенном нарастании объёма и интенсивности и связанных с ними нагрузок. Программой предусмотрено регулярное обновление заданий с общей тенденцией к росту физических нагрузок.

*Принцип вариативности.* Принцип вариативности программы предполагает многообразие и гибкость используемых в программе форм, средств и методов обучения в зависимости от физического развития, индивидуальных особенностей и функциональных возможностей обучающихся, которые описаны в программе. Соблюдение этих принципов позволит обучающимся достичь наиболее эффективных результатов.

Освоение программы предполагает соблюдение главных педагогических правил: от известного к неизвестному, от лёгкого к трудному, от простого к сложному. Планирование учебного материала рекомендуется в соответствии с постепенным освоением теоретических знаний, практических умений и навыков в учебной и самостоятельной физкультурной, оздоровительной деятельности.

В основе программы лежит системно-деятельностный подход, целью которого является формирование у обучающихся полного представления о возможностях физической культуры. В содержании программы учитывается взаимосвязь изучаемых явлений и процессов, что позволит успешно достигнуть планируемых результатов — предметных, метапредметных и личностных.

### **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Цели изучения учебного предмета «Физическая культура» — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Цели и задачи программы обеспечивают результаты освоения основной образовательной программы начального общего образования по учебному предмету «Физическая культура» в соответствии с ФГОС НОО.

К направлению первостепенной значимости при реализации образовательных функций учебного предмета «Физическая культура» традиционно относят формирование знаний основ физической культуры как науки области знаний о человеке, прикладных умениях и навыках, основанных на физических упражнениях для формирования и укрепления здоровья, физического развития и физического совершенствования, повышения физической и умственной работоспособности, и как одного из основных компонентов общей культуры человека.

Используемые в образовательной деятельности технологии программы позволяют решать преемственно комплекс основных задач физической культуры на всех уровнях общего образования.

В содержании программы учтены основные направления развития познавательной активности человека, включая знания о природе (медико-биологические основы

деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Задача учебного предмета состоит в формировании системы физкультурных знаний, жизненно важных прикладных умений и навыков, основанных на физических упражнениях для укрепления здоровья (физического, социального и психологического), освоении упражнений основной гимнастики, плавания как жизненно важных навыков человека; овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (распорядок дня, утренняя гимнастика, гимнастические минутки, подвижные и общеразвивающие игры и т.д.); умения применять правила безопасности при выполнении физических упражнений и различных форм двигательной деятельности и как результат — физическое воспитание, формирование здоровья и здорового образа жизни.

Наряду с этим программа обеспечивает:

- единство образовательного пространства на территории Российской Федерации с целью реализации равных возможностей получения качественного начального общего образования;
- преемственность основных образовательных программ дошкольного, начального общего и основного общего образования;
- возможности формирования индивидуального подхода и различного уровня сложности с учётом образовательных потребностей и способностей обучающихся (включая одарённых детей, детей с ограниченными возможностями здоровья);
- государственные гарантии качества начального общего образования, личностного развития обучающихся;
- овладение современными технологическими средствами в ходе обучения и в повседневной жизни, освоение цифровых образовательных сред для проверки и приобретения знаний, расширения возможностей личного образовательного маршрута;
- формирование у обучающихся знаний о месте физической культуры и спорта в национальной стратегии развития России, их исторической роли, вкладе спортсменов России в мировое спортивное наследие;
- освоение обучающимися технологий командной работы на основе личного вклада каждого в решение общих задач, осознания личной ответственности, объективной оценки своих и командных возможностей.

Приоритет индивидуального подхода в обучении позволяет обучающимся осваивать программу в соответствии с возможностями каждого.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального образования по программе являются:

- умение организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства физической культуры для достижения цели динамики личного физического развития и физического совершенствования;
- умение активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей, проявлять лидерские качества в соревновательной

деятельности, работоспособность в учебно-тренировочном процессе, взаимопомощь при изучении и выполнении физических упражнений;

- умение доносить информацию в доступной, яркой, эмоциональной форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми, в том числе при передаче информации на заданную тему по общим сведениям теории физической культуры, методикам выполнения физических упражнений, правилам проведения общеразвивающих подвижных игр и игровых заданий;
- умение работать над ошибками, в том числе при выполнении физических упражнений, слышать замечания и рекомендации педагога, концентрироваться при практическом выполнении заданий, ставить перед собой задачи гармоничного физического развития.

### **Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане**

Общее число часов, отведённых на изучение предмета «Физическая культура» в 3 классе, составляет 68 часов.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

---

Нагрузка. Влияние нагрузки на мышцы. Влияние утренней гимнастики и регулярного выполнения физических упражнений на человека. Физические упражнения. Классификация физических упражнений по направлениям. Эффективность развития физических качеств в соответствии с сенситивными периодами развития. Гимнастика и виды гимнастической разминки.

Основные группы мышц человека. Подводящие упражнения к выполнению акробатических упражнений.

Моделирование физической нагрузки при выполнении гимнастических упражнений для развития основных физических качеств.

Освоение навыков по самостоятельному ведению общей, партерной разминки и разминки у опоры в группе.

Освоение и демонстрация приёмов выполнения различных комбинаций гимнастических упражнений с использованием танцевальных шагов, поворотов, прыжков, гимнастических и акробатических упражнений.

Подбор комплекса и демонстрация техники выполнения гимнастических упражнений по преимущественной целевой направленности их использования.

Демонстрация умений построения и перестроения, перемещений различными способами передвижений, включая перекаты, повороты, прыжки, танцевальные шаги.

### ***Организующие команды и приёмы***

Выполнение универсальных умений при выполнении организующих команд и строевых упражнений: построение и перестроение в одну, две шеренги; повороты направо и налево; передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

### ***Спортивно-оздоровительная деятельность***

Овладение техникой выполнения упражнений основной гимнастики, комплексов гимнастических упражнений; подбор и выполнение комплексов физкультурминуток, утренней гимнастики.

Овладение техникой выполнения упражнений основной гимнастики на развитие отдельных мышечных групп.

Овладение техникой выполнения упражнений основной гимнастики с учётом особенностей режима работы мышц (динамичные, статичные).



Овладение техникой выполнения серии поворотов и прыжков, в том числе с использованием гимнастических предметов.

Демонстрация универсальных умений: выполнение бросков гимнастического мяча в заданную плоскость пространства одной рукой (попеременно), двумя руками; имитация падения в группировке с кувырками; бег (челночный), метание теннисного мяча в заданную цель; прыжки в высоту, в длину; плавание.

Овладение техникой плавания на дистанцию не менее 25 метров (при материально-технической базе).

Освоение правил вида спорта (на выбор), освоение физических упражнений для начальной подготовки по данному виду спорта.

Выполнение заданий в ролевых играх и игровых заданий.

Овладение техникой выполнения строевого шага и походного шага. Шеренги, перестроения и движение в шеренгах. Повороты на месте и в движении.

Различные групповые выступления, в т.ч. освоение основных условий участия во флешмобах.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

---

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего образования ФГОС программа направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе отражают готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

#### **Патриотическое воспитание:**

- ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

#### **Гражданское воспитание:**

- представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий,

доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

### **Ценности научного познания:**

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

### **Формирование культуры здоровья:**

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

### **Экологическое воспитание:**

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической культуре отражают овладение универсальными познавательными действиями.

В составе метапредметных результатов выделяют такие значимые для формирования мировоззрения формы научного познания, как научный факт, гипотеза, теория, закон, понятие, проблема, идея, категория, которые используются в естественно-научных учебных предметах и позволяют на основе знаний из этих предметов формировать представление о целостной научной картине мира, и

универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные), которые обеспечивают формирование готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности.

Метапредметные результаты освоения образовательной программы по физической культуре отражают овладение универсальными учебными действиями, в том числе:

1) **Познавательные универсальные учебные действия**, отражающие методы познания окружающего мира:

- ориентироваться в терминах и понятиях, используемых в физической культуре (в пределах изученного), применять изученную терминологию в своих устных и письменных высказываниях;
- выявлять признаки положительного влияния занятий физической культурой на работу организма, сохранение его здоровья и эмоционального благополучия;
- моделировать правила безопасного поведения при освоении физических упражнений, плавании;
- устанавливать связь между физическими упражнениями и их влиянием на развитие физических качеств;
- классифицировать виды физических упражнений в соответствии с определённым классификационным признаком: по признаку исторически сложившихся систем физического воспитания, по преимущественной целевой направленности их использования, преимущественному воздействию на развитие отдельных качеств (способностей) человека;
- приводить примеры и осуществлять демонстрацию гимнастических упражнений, навыков плавания, ходьбы на лыжах (при условии наличия снежного покрова), упражнений начальной подготовки по виду спорта (по выбору), туристических физических упражнений;
- самостоятельно (или в совместной деятельности) составлять комбинацию упражнений для утренней гимнастики с индивидуальным дозированием физических упражнений;
- формировать умение понимать причины успеха / неуспеха учебной деятельности, в том числе для целей эффективного развития физических качеств и способностей в соответствии с сенситивными периодами развития, способности конструктивно находить решение и действовать даже в ситуациях неуспеха;
- овладевать базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; использовать знания и умения в области культуры движения, эстетического восприятия в учебной деятельности иных учебных предметов;
- использовать информацию, полученную посредством наблюдений, просмотра видеоматериалов, иллюстраций, для эффективного физического развития, в том числе с использованием гимнастических, игровых, спортивных, туристических физических упражнений;
- использовать средства информационно-коммуникационных технологий для решения учебных и практических задач (в том числе Интернет с контролируемым выходом), оценивать объективность информации и возможности её использования для решения конкретных учебных задач.

**2) Коммуникативные универсальные учебные действия**, отражающие способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использовать правила общения в конкретных учебных и внеучебных ситуациях; самостоятельную организацию речевой деятельности в устной и письменной форме:

- вступать в диалог, задавать собеседнику вопросы, использовать реплики-уточнения и дополнения; формулировать собственное мнение и идеи, аргументированно их излагать; выслушивать разные мнения, учитывать их в диалоге;
- описывать влияние физической культуры на здоровье и эмоциональное благополучие человека;
- строить гипотезы о возможных отрицательных последствиях нарушения правил при выполнении физических движений, в играх и игровых заданиях, спортивных эстафетах;
- организовывать (при содействии взрослого или самостоятельно) игры, спортивные эстафеты, выполнение физических упражнений в коллективе, включая обсуждение цели общей деятельности, распределение ролей, выполнение функциональных обязанностей, осуществление действий для достижения результата;
- проявлять интерес к работе товарищей; в доброжелательной форме комментировать и оценивать их достижения, высказывать свои предложения и пожелания; оказывать при необходимости помощь;
- продуктивно сотрудничать (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач выполнения физических упражнений, игровых заданий и игр на уроках, во внеурочной и внешкольной физкультурной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.

**3) Регулятивные универсальные учебные действия**, отражающие способности обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка):

- оценивать влияние занятий физической подготовкой на состояние своего организма (снятие утомляемости, улучшение настроения, уменьшение частоты простудных заболеваний);
- контролировать состояние организма на уроках физической культуры и в самостоятельной повседневной физической деятельности по показателям частоты пульса и самочувствия;
- предусматривать возникновение возможных ситуаций, опасных для здоровья и жизни;
- проявлять волевую саморегуляцию при планировании и выполнении намеченных планов организации своей жизнедеятельности; проявлять стремление к успешной образовательной, в том числе физкультурно-спортивной, деятельности; анализировать свои ошибки;
- осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты изучения учебного предмета «Физическая культура» отражают опыт учащихся в физкультурной деятельности.

### **1) Знания о физической культуре:**

- представлять и описывать структуру спортивного движения в нашей стране; формулировать отличие задач физической культуры от задач спорта;
- выполнять задания на составление комплексов физических упражнений по преимущественной целевой направленности их использования; находить и представлять материал по заданной теме; объяснять связь физических упражнений для формирования и укрепления здоровья, развития памяти, разговорной речи, мышления;
- представлять и описывать общее строение человека, называть основные части костного скелета человека и основные группы мышц;
- описывать технику выполнения освоенных физических упражнений;
- формулировать основные правила безопасного поведения на занятиях по физической культуре;
- находить информацию о возрастных период, когда эффективно развивается каждое из следующих физических качеств: гибкость, координация, быстрота; сила; выносливость;
- различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств и способностей человека;
- различать упражнения на развитие моторики;
- объяснять технику дыхания под водой, технику удержания тела на воде;
- формулировать основные правила выполнения спортивных упражнений (по виду спорта на выбор);
- выявлять характерные ошибки при выполнении физических упражнений.

### **2) Способы физкультурной деятельности**

*Самостоятельные занятия общеразвивающими и здоровьесформирующими физическими упражнениями:*

- самостоятельно проводить разминку по её видам: общую, партерную, разминку у опоры; характеризовать комплексы гимнастических упражнений по целевому назначению;
- организовывать проведение игр, игровых заданий и спортивных эстафет (на выбор).

*Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью:*

определять максимально допустимую для себя нагрузку (амплитуду движения) при выполнении физического упражнения; оценивать и объяснять меру воздействия того или иного упражнения (по заданию) на основные физические качества и способности;

- проводить наблюдения за своим дыханием при выполнении упражнений основной гимнастики.

*Самостоятельные развивающие, подвижные игры и спортивные эстафеты:*

- составлять, организовывать и проводить игры и игровые задания;
- выполнять ролевые задания при проведении спортивных эстафет с гимнастическим предметом / без гимнастического предмета (организатор эстафеты, главный судья, капитан, член команды).

### **3) Физическое совершенствование**

*Физкультурно-оздоровительная деятельность:*

- осваивать и выполнять технику разучиваемых физических упражнений и комбинаций гимнастических упражнений с использованием в том числе танцевальных шагов, поворотов, прыжков;
- осваивать и выполнять технику спортивного плавания стилями (на выбор): брасс, кроль на спине, кроль;
- осваивать технику выполнения комплексов гимнастических упражнений для развития гибкости, координационно-скоростных способностей;
- осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений и жизненно важных навыков двигательной деятельности человека, такие как: построение и перестроение, перемещения различными способами передвижения, группировка; перекаты, повороты, прыжки, удержание на воде, дыхание под водой и т.д.;
- проявлять физические качества: гибкость, координацию—и демонстрировать динамику их развития;
- осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий;
- осваивать строевой и походный шаг.

*Спортивно-оздоровительная деятельность:*

- осваивать и демонстрировать технику стилей спортивного плавания (брасс, кроль) с динамикой улучшения показателей скорости при плавании на определённое расстояние;
- осваивать комплексы гимнастических упражнений и упражнений акробатики с использованием и без использования гимнастических предметов (мяч, скакалка);

- осваивать универсальные умения прыжков, поворотов, равновесий, включая: серию поворотов и прыжков на девяносто и сто восемьдесят градусов; прыжки с толчком одной ногой, обеими ногами с прямыми и согнутыми коленями, прямо и с полуповоротом, с места и с разбега; прыжки и подскоки через вращающуюся скакалку;
- осваивать универсальные умения ходьбы на лыжах (при возможных погодных условиях), бега на скорость, метания теннисного мяча в заданную цель, прыжков в высоту через планку, прыжков в длину и иное;
- осваивать универсальные умения при выполнении специальных физических упражнений, входящих в программу начальной подготовки по виду спорта (по выбору).

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ - 3 класс  
I четверть (18 часов)**

№ п/п	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/з
Лёгкая атлетика – 11 часов, баскетбол – 7 часов								
1		Ходьба и бег	1	Вводный	1.Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по физической культуре (вводный). Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по лёгкой атлетике 2.Ходьба с изменением длины и частоты шага. 3.Ходьба через препятствия. 4 Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. 5.ОРУ без предметов. 6.Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей.	<b>Уметь</b> правильно выполнять работу рук и ног в ходьбе и беге	Текущий	ОРУ без предметов
2		ОРУ без предметов Высокий старт		Комплексный Учётный	1.Ходьба через несколько препятствий. 2.ОРУ без предметов. 3.Учить высокому старту. 4.Встречная эстафета с палочкой. 5.Беседа «Олимпийские игры: история возникновения». <b>Тест: Поднимание туловища из положения лежа (пресс)</b> Развитие скоростных способностей.	<b>Уметь</b> правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 60 м	Текущий	Прыжки в длину с места.
3		Высокий старт. Стартовый разбег.	1	Учетный	1.ОРУ без предметов в кругу. 2.Ходьба с заданием. 3.Отрабатывать технику высокого старта. 4.Учить стартовый разбег. 5.Игра «Смена сторон». Развитие скоростных способностей.	<b>Уметь</b> правильно выполнять движения в ходьбе и беге; пробегать с максимальной скоростью 30 м	Фронтальный, индивидуальный зачет	Прыжки в длину с места.



					Понятия: <i>эстафета, старт, финиш</i>			
4		<b>Высокий старт. Стартовый разбег.</b>		Совершенство- вание ЗУН Учётный	1.ОРУ без предметов. 2.Ходьба с заданием. 3.Подготовительные упражнения для бега. 4.Совершенствовать технику высокого старта и стартового разбега. <b>(на результат)</b> 5.Медленный бег до 2-х мин. 6.Игра «Гуси-лебеди». Развитие скоростных способностей.	<b>Уметь</b> правильно выполнять движения в ходьбе и беге;	Текущий	Прыжки в длину с места.
5		<b>Прыжки в длину с разбега</b>	1	Комплек- сный Учётный	1.ОРУ без предметов. 2.Ходьба с заданием. 3. Медленный бег до 3-х мин. 4.Учить прыжкам в длину с разбега с зоны отталкивания. 5.Игра «Прыгающие воробушки». <b>Тест: Подтягивание.</b> Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках.	<b>Уметь</b> правильно выполнять движения в прыжках; прыгать в длину с места и с разбега	Зачет, тестиро- вание	Прыжки в длину с места.
6		<b>Прыжки в длину с разбега</b>  <b>Бег 30м на время</b>		Совер- шенство- вание ЗУН Учётный	1.ОРУ без предметов. 2.Ходьба с заданием. 3. Медленный бег до 4-х мин. 4.Отрабатывать технику в прыжках длину с разбега с зоны отталкивания. 5. <b>Бег на 30м на результат</b> 6.Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.	<b>Уметь</b> правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель. <b>Знать</b> правила соревнований в метаниях.	Тестирован ие	Бег на выносливо сть
7		<b>Метание малого мяча с места на дальность</b>  <b>Прыжки в</b>	1	Комплек- сный	1.ОРУ со скакалкой. 2.Медленный бег до 5-ти мин. 3.Учить метанию малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. 4.Бег на скорость на 60м. 5.Совершенствовать технику в прыжках длину с	<b>Уметь</b> правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч в цель. <b>Знать</b> олимпийское движение современности	Зачет, тестирова- ние	Бег на выносливо сть. Бросание набивного мяча.

		длина с разбега			разбега с зоны отталкивания. 5.Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств.			
8		Метание малого мяча с места на дальность  Прыжки в длину с разбега		Учётный	1. ОРУ со скакалкой 2.Отрабатывать технику метания малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. 3. Прыжок в длину с разбега с зоны отталкивания.- <b>на результат</b> 5.Игра «Салки на марше». 6.Измерение роста, веса, силы Развитие выносливости.	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу	Текущий	Прыжки через скакалку.
9		Метание малого мяча с места на дальность	1	Совершенство-вание ЗУН Учётный	1.ОРУ со скакалкой 2. Совершенствовать технику метания малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние.- <b>на результат</b> 3.Преодоление препятствий. 4.Многоскоки. 5Игра «Салки на марше».	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу	Текущий	Прыжки через скакалку.
10		Преодоление препятствий Бег 500 м.- дев. 1000 м.- мальчики		Совершенство-вание ЗУН Учётный	1.ОРУ со скакалкой 2.Ходьба – разновидность. 3.Бег с заданием. 4.Преодоление препятствий на скорость, на правильное выполнение. 5. Многоскоки - отрабатывать технику. 6.Игра «Волк во рву». <b>Тест: Бег 500 м.( девочки). 1000 м.- (мальчики)</b>	Уметь пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу	Текущий	Прыжки через скакалку.

11		<b>Преодоление препятствий Прыжки через скакалку.</b>	1	Комплек- сный Учётный	1.ОРУ со скакалкой 2.Ходьба – разновидность. 3.Бег с заданием. 4.Преодоление препятствий отрабатывать технику выполнения. 4.1 Прыжки через скакалку. 5. <b>Тест: Отжимание</b> 6.Игра «Волк во рву».	<b>Уметь</b> пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу	Текущий	Прыжки через скакалку.
12		<b>Прыжки через скакалку на скорость за 30сек. Передача мяча снизу</b>		Комплек- сный Учётный	Инструктаж по технике безопасности на уроках спорт. играми. 1.Строевые упражнения: учит перестроению в движении. 2.Выучить комплекс упражнений на развитие всех мышц групп. 3.Проверить <b>на результат</b> прыжки через скакалку на скорость за 30сек. 4.Закрепить технику передачи баскетбольного мяча снизу. 5. Игра «Перебежка с выручкой». Развитие выносливости.	<b>Уметь</b> пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу	Текущий	Подъём туловища за 1 мин. – упражнение на брюшной пресс.
13		<b>Передача мяча снизу после двух шагов.</b>	1	Комплек- сный	1.Строевые команды. 2.Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп. 3.Разучить передаче мяча снизу после двух шагов. 4. Совершенствовать технику передачи от груди после 2-х шагов. 5.Игра «Перебежка с выручкой».	<b>Уметь</b> пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу	Текущий	Подъём туловища за 30сек. – упражнение на брюшной пресс.
14		<b>Передач от груди после 2-х шагов.</b>		Совершенство- вание ЗУН Учётный	1.Строевые команды. 2.Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп. 3.Отрабатывать технику передачи мяча снизу после двух шагов. 4.Совершенствовать технику передачи от груди после 2-х шагов. 5.Игра «Перестрелка» - вспомнить правила игры. 6. <b>Тест: Прыжок в длину с места</b>	<b>Уметь</b> пробегать в равномерном темпе 10 минут, чередовать бег и ходьбу <b>Знать</b> правила игры «Перестрелка».	Текущий.	Силовые упражн.: отжим. в упоре лёжа – девочки; подтяг. на высокой перекладине – мальч.

15		Совершенствовать технику передачи мяча	1	Комплексный	.Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп. 3.Передача мяча от груди после 2-х шагов. 4.Совершенствовать технику передачи мяча снизу после двух шагов. 5. Игра «Перестрелка»	<b>Знать</b> с каких мышц начинать «Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп».	Текущий, учёт, групповой	Силовые упражнения: отжим. в упоре лёжа – девочки; подтягив. на высокой перекладине – мальчики
16		Ведение мяча в тройка Бросок по кольцу с места		Совершенствование ЗУН Учётный	1.Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп. 2. Отрабатывать ведение мяча в тройках. 3. Совершенствовать технику бросков по кольцу с места. 4.Игра «Перестрелка». 5. <b>Тест Челночный бег 3*10м.</b>		Текущий.	
17		Ведение мяча в тройках. Передачи мяча		Комплексный Учётный	1.Комплекс упражнений на развитие всех мышц групп. 2. Совершенствовать передачу мяча снизу после двух шагов. 3.Обучить ведению мяча в тройках. 4. <b>Тест: Наклон вперёд из положения сидя (гибкость)</b> 5.Игра «Перестрелка».	<b>Уметь</b> выполнять движение боком, спиной вперёд	Текущий, учёт, групповой	
18		Эстафеты и игры с элементами спортивных игр.		Совершенствование ЗУН	1.Беседа о влиянии физических упражнений на осанку. 2.Рекомендовать следовать режиму дня в осенние каникулы. 3.Игра «Дружные пары». 4.Игры по желанию детей.	<b>Знать</b> влияние правильной осанки на здоровье человека.		Игры с мячом на свежем воздухе.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ - 3 класс**  
**II четверть (14часов)**

№ п/п	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/з
Гимнастика – 14 часов								
<b>1</b> <b>(19)</b>		<b>Строевые упражнения</b> <b>Лазание,</b> <b>Пере лазание.</b>		Изучение нового материала	1.Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по гимнастике. 2.Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». 3.ОРУ на формирование правильной осанки. 4.Упражнения на лазание: Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа, лежа на животе, подтягиваясь руками; по канату 5.Учить пере лазанию: - через бревно (высота 60см, -через стопку матов. 6.Игра: «Что изменилось?». Развитие координационных способностей.	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, Лазание, Пере лазание	Текущий	ОРУ на формирование правильной осанки.
<b>2</b> <b>(20)</b>		<b>Перекаты в группировке.</b>  <b>Лазание,</b> <b>Пере лазание</b>		Комбинированный	1.Выполнять команды: «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». 2.ОРУ на формирование правильной осанки. 3.Совершенствовать навыки лазания: Лазанье по наклонной скамейке в упоре стоя на коленях, в упоре лежа, лежа на животе, подтягиваясь руками; по канату 4.Учить пере лазанию: - через бревно (высота 60см, -через стопку матов. 5.Учить перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой. 5.Игра на развитие ловкости.	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации выполнения лазания и пере лазание.	Текущий	ОРУ на формирование правильной осанки.

					-ходьба приставными шагами по бревну. 6.Игра «Что изменилось?».			
3 (21)	Упражнения на равновесия. Перекаты в группировке	Совершенствование ЗУН	1.ОРУ на формирование правильной осанки. 2.Проверить технику выполнения лазания и пере лазание. 3. Учить упражнения на равновесия: Ходьба приставными шагами; ходьба по бревну (высота до 1 м); повороты на носках и одной ноге; ходьба приставными шагами; -ходьбе по рейке гимнастической скамейке, приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед  4. Совершенствовать перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой. 5.Игра «Что изменилось?».	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации выполнения лазания и пере лазание.	Текущий	ОРУ на формирование правильной осанки.		
4 (22)	Кувырок вперед в группировке Упражнения на равновесия. Перекаты в группировке.	Учетный	1.Выполнять команды: «На первый-второй рассчитайся!». 2.ОРУ на формирование правильной осанки. 3. Учить кувырку вперед в группировке. 4. Проверить на оценку перекаты и группировку с последующей опорой руками за головой. 5.Совершенствовать упражнения на равновесие. Ходьба приставными шагами; ходьба по бревну (высота до 1 м); повороты на носках и одной ноге; ходьба приставными шагами; -ходьбе по рейке гимнастической скамейке, приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед  6.Эстафета с лазанием и пере лазанием.	Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации	Оценка техники выполнения комбинации	ОРУ на формирование правильной осанки.		
5 (23)	Стойка на лопатках согнув ноги. Кувырок вперед в группировке	Комплексный	1.Построение в две шеренги. 2.Перестроение из двух шеренг в два круга. 3.ОРУ с мячом. 4. Сдать на оценку упражнения на равновесие. Ходьба приставными шагами; ходьба по бревну (высота до 1 м); повороты на носках и одной ноге; ходьба приставными шагами;	Уметь выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе	Текущий	ОРУ на формирование правильной осанки.		

		<b>Упражнения на равновесия.</b>			-ходьбе по рейке гимнастической скамейке, приседание и переход в упор присев, упор стоя на колене, сед  5 Совершенствовать кувырок вперёд в группировке. 6.Учить стойке на лопатках согнув ноги, затем постепенно выпрямляя ноги. 6.Игра-эстафета с набивными мячами (1кг).			
<b>6 (24)</b>		<b>Кувырок вперёд Кувырок в сторону в группировке Стойка на лопатках.</b>	Комплексный		1.Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. 2.ОРУ с мячом. 3. Учить кувырок в сторону в группировке. 4.Совершенствовать стойку на лопатках, согнув ноги. 5 Совершенствовать кувырок вперёд в группировке. Развитие силовых способностей	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе	Текущий	Силовые упражнения: ожимание-девочки, подтягивание-мальчики
<b>7 (25)</b>		<b>Кувырок в сторону в группировке. Стойка на лопатках Кувырок вперёд</b>	Комплексный		1.Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. 2.ОРУ с мячом. 3. Учить кувырок в сторону в группировке. 4.Совершенствовать стойку на лопатках, согнув ноги 4. <b>Проверить на оценку кувырок вперёд в группировке.</b> Развитие силовых способностей	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе	Текущий	Силовые упражнения: ожимание-девочки, подтягивание-мальчики
<b>8 (26)</b>		<b>Висы и упоры. Кувырок в сторону в группировке. Стойка на лопатках</b>	Совершенствование ЗУН		1.Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. 2.ОРУ с предметами. 3.Учить висы: -стоя и лежа, на согнутых руках; -подтягивание в висе. 4.Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке. 5.Совершенствовать кувырок в сторону в группировке. 6. <b>Проверить на оценку стойку на лопатках, согнув ноги</b> Развитие силовых способностей	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, висы, подтягивание в висе	Текущий	Силовые упражнения: ожимание-девочки, подтягивание-мальчики

9 (27)	<b>Висы и упоры. Кувырок в сторону в группировке.</b>		Учетный	<p>1. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга.</p> <p>2. ОРУ с предметами.</p> <p>3. Совершенствовать висы и упоры.</p> <p>Упражнения в вися стоя и лежа</p> <p>4. <b>Сдать на оценку кувырок в сторону в группировке.</b></p> <p>5. Игра «Посадка картофеля».</p>	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, висы,		Силовые упражнения: ожимание-девочки, подтягивание-мальчики
10 (28)	<b>Упражнение «мост». Висы и упоры.</b>		Изучение нового материала	<p>1. Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой».</p> <p>2. ОРУ с предметами.</p> <p>3. Совершенствовать висы и упоры.</p> <p>Упражнения в вися стоя и лежа</p> <p>4. Учить упражнение «мост».</p> <p>Развитие координационных способностей</p>	<b>Уметь</b> лазать по гимнастической стенке, канату; выполнять опорный прыжок	Текущий	Упражнение на брюшной пресс
11 (29)	<b>Упражнение «мост». Висы и упоры.</b>		Учетный	<p>1. Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга.</p> <p>2. ОРУ с предметами.</p> <p>3 <b>Сдать на оценку висы и упоры.</b></p> <p>4. Совершенствовать упражнение «мост».</p> <p>5. Игра «Посадка картофеля».</p>	<b>Уметь</b> выполнять строевые команды, висы, подтягивание в вися		Силовые упражнения: ожимание-девочки, подтягивание-мальчики
12 (30)	<b>Упражнение «мост». Акробатическое соединение.</b>		Изучение нового материала	<p>1. Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой».</p> <p>2. ОРУ с предметами.</p> <p>3 <b>Сдать на оценку технику выполнения упражнения «мост».</b></p> <p>4. Учить акробатическое соединение.</p>	<b>Уметь</b> лазать по гимнастической стенке;	Текущий	Упражнение на брюшной пресс



					Развитие координационных способностей			
<b>13 (31)</b>		<b>Акробатическое соединение.</b>		Совершенствование ЗУН	1.Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». 2.ОРУ с предметами. 3 Совершенствовать выполнение акробатических соединений. Развитие координационных способностей	<b>Уметь</b> лазать по гимнастической стенке.	Текущий	Упражнение на брюшной пресс
<b>14 (32)</b>		<b>Акробатическое соединение.</b>  <b>Игры – эстафеты</b>		Комбинированный  Совершенствование ЗУН	1.Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». 2.ОРУ с предметами. 3. <b>Проверить умения выполнения акробатических соединений.</b> Развитие координационных способностей Игры – эстафеты с различными предметами и препятствиями. Развитие скоростно-силовых способностей ей	<b>Уметь</b> лазать по гимнастической стенке, играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями	Текущий	Упражнение на брюшной пресс

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ - 3 класс**  
**III четверть (20часов)**

№ п/п	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/з
Лыжная подготовка – 14 часов, баскетбол – 6 часов								
1 (33)		Строевые упражнения.	1	Вводный	1.Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий лыжной подготовке. 1.Ознакомить с навыками построения и перестроения на лыжах: -построение с лыжами в руках, -основная стойка на лыжах, -игра «По местам» 2.Ознакомить с передвижением на лыжах. 3.Пройти дистанцию 1000м. с переменной скоростью. 4.Упражнения на внимание.	<b>Знать</b> правила поведения на уроках лыжной подготовки.	Текущий.	Учиться одевать лыжи и ремни от палок на руки.
2 (34)		Ступающий шаг. скользящий шаг.	1	Комплексный	1.Строевые упражнения на лыжах. 2.На учебном круге совершенствовать скользящий шаг без палок. 3.Проверить на оценку технику ступающего шага. 4.Пройти дистанцию 100м. со средней скоростью без учёта времени.	<b>Знать</b> температурный режим в безветренную погоду – до 12градусов.	Текущий.	Тренировать надевание лыж на обувь, совершать прогулки на лыжах вместе с родителями.
3 (35)		Скользящий шаг.	1	Комплексный	1.На учебном круге провести учёт по технике выполнения скользящего шага без палок. 2.Совершенствовать технику спусков и подъёмов на склоне в низкой стойке без палок. 3.Пройти с отдельным стартом дистанцию 1000м.	<b>Уметь</b> выполнять перенос тела в скользящем	Текущий.	Катание на лыжах с ускорением до 50м.

						шаге		
4 (36)	Подъёмы и спуски в средней стойке	1	Комплексный	<p>1.Разучить построение в шеренгу по одному на лыжах.</p> <p>2.Совершенствовать умение в подъёмах и спуске в средней стойке с палками, в конце спуска поворот переступанием.</p> <p>3.Оценить технику спуска в низкой стойке (девочки).</p> <p>4.Учить торможению упором со склона до 30градусов без палок и с палками.</p> <p>5.Пройти с раздельным стартом дистанцию 1000м (вторая прикидка).</p>	<p><b>Уметь</b></p> <p>расслаблять мышцы ног во время спуска в основной стойке</p>	Текущий, учёт, поточный	Подъёмы и спуски со склонов изученным и способами.	
5 (37)	Торможение упором.	1	Комплексный	<p>1.Ознакомить с техникой выполнения строевых упражнений на лыжах:</p> <p>-игра «Быстрый лыжник»,</p> <p>-поворот переступанием на лыжах на месте и в движении.</p> <p>2.Провести учёт по технике подъёма на склон наискось без палок ступающим шагом.</p> <p>3. Повторить с целью закрепления технику торможения плугом:</p> <p>-в конце склона,</p> <p>-в середине склона,</p> <p>-после торможения в конце склона-повороты упором на малой скорости.</p> <p>4.Пройти с равномерной скоростью (средней) дистанцию 1,5км.</p> <p>5.Прохождение дистанции до 1–1,5км, игра «Гонки на санках» (развивать выносливость).</p>	<p><b>Уметь</b></p> <p>чередовать лыжные ходы во время передвижения на дистанции</p> <p><b>Знать</b></p> <p>требование к одежде при занятиях лыжной подготовкой.</p>	Текущий, учёт, поточный	Повторять технику скольжения на лыжах во время катания в свободное время.	
6 (38)	Повороты переступанием с продвижением вперёд.	1	Комплексный	<p>1.Повторить строевые упражнения.</p> <p>2.Разучить повороты на лыжах (поворот на месте переступанием вокруг пяток).</p> <p>3.Формировать навыки ходьбы на лыжах:</p> <p>-передвижение приставными шагами влево-вправо,</p> <p>-игра «Знак качества»,</p> <p>-научить скреплять палки и лыжи,</p> <p>-передвижение ступающим и скользящим шагом,</p>	<p><b>Уметь</b></p> <p>выполнять поздний перенос массы тела в повороте переступанием в движении</p>	Текущий.	Катание на лыжах с ускорением до 50м.	

					<p>-высокая и низкая стойка на лыжах,  -передвижение скользящим шагом и попеременным двухшажным ходом с палками и без палок,  -подъём «полуёлочкой» и «лесенкой».  4.Учить подъёму на склон лесенкой – без палок и с палками.  5.Совершенствовать торможение упором и повороты в конце.  6.Игра «Пройди в ворота».  7.Совершенствовать общую выносливость – пройти дистанцию 1,5км.</p>			
7 (39)		<b>Игра «Пройди в ворота».</b>	1	Комплексный	<p>1.Закрепить умение выполнять строевые упражнения на лыжах (поворот на месте переступанием вокруг пяток).  2.Закрепить технику передвижения на лыжах (см. предыдущий урок).  3.Провести учёт умений торможение упором.  4.Совершенствовать технику и скорость подъёма на склон и спусков без палок и с палками во время игры «Пройди в ворота».  5.Пройди дистанцию 1,5км. со средней скоростью.  6.Упражнение на восстановление дыхания.</p>		Текущий, учёт, поточный	Совершенствовать технику лыжных ходов во время катания дома на лыжах.
8 (40)		<b>Игра «Вызов номеров».</b>	1	Совершенствовать ЗУН	<p>1.Закрепить выполнение строевых упражнений:  -повороты на месте переступанием вокруг пяток,  -приставные шаги влево-вправо.  2.Совершенствовать технику передвижения на лыжах ( см. урок № 6).  3.На учебном круге повторение скользящего шага с палками.  4.Игра «Вызов номеров» с пробеганием дистанции (туда и обратно) до 50м.  5.Медленно пройти дистанцию до 2км.</p>	<b>Уметь</b> правильно выполнять дыхание при ходьбе и беге на лыжах.	Текущий.	Совершенствовать технику лыжных ходов во время катания дома на лыжах.
9 (41)		<b>Косой подъём на склон. Спуск в низкой</b>	1	Совершенствовать ЗУН	<p>1.Совершенствовать технику выполнения строевых упражнений: построения, перестроения, основная стойка.  2.Ознакомить с техникой подъёма на склон 15-20 градусов, спуска со склона (косой подъём на склон 15-20 градусов (без палок), спуск в низкой стойке, скольжение без</p>		Текущий.	Подъёмы и спуски со склонов изученным и

		стойке.			палок с ритмичной работой рук и хорошей амплитудой). 3.Совершенствовать технику скольжения (см. урок № 6). 4.Ходьба на лыжах 1000м – развивать выносливость.			способами.
10 (42)		Развивать выносливость.	1	Совершенствованиие ЗУН	1.Разучить выполнение подъёмов и спусков. 2.Освоить технику передвижения на лыжах. 3.Ходьба на лыжах до 2000м. 4.Игра «Гонки на санках».		Текущий.	Ежедневно кататься на лыжах.
11 (43)		Ходьба на лыжах по пересечённой местности.	1	Комплек- сный	1.Проверить умение скреплять палки и лыжи для переноски их к месту занятий, повторить правильную переноску лыж. 2.Закрепить технику передвижения на лыжах. 3.Провести учёт техники скольжения без палок (косые подъёмы и спуски со склонов до 20 градусов; игра «Встречная эстафета») 4.Закрепить требования к технике выполнения подъёмов и спусков. 5.Ходьба на лыжах по пересечённой местности. 6.Игра «Быстрый лыжник». 7.Упражнение на восстановление дыхания.	Уметь выполнять движение туловища и постановку палок на снег в одновременном бесшажном ходе.	Текущий, учёт, поточный	Совершен- ствовать технику лыжных ходов во время катания дома на лыжах.
12 (44)		Встречная эстафета.	1	Совершен- ствование ЗУН	1. Совершенствовать технику скольжения без палок (косые подъёмы и спуски со склонов до 20 градусов). 2.Передвижение на лыжах по пересечённой местности до 2000м. 3.Игра «Встречная эстафета». 4.Игровые упражнения на внимание.		Текущий.	
13 (45)		Эстафета с этапом до 50м с поворотами.	1	Комплек- сный	1.Формировать технику выполнения строевых упражнений (игра «По местам») 2.Провести учёт умений по технике подъёмов и спусков. 3.Эстафета – косые подъёмы и спуски. 4.Эстафета с этапом до 50м с поворотами и передачей палки. 5.Ходьба на лыжах с палками.	Знать о закаливании и его влиянии на состояние человека.	Текущий, учёт, поточный	
14 (46)		Бег на 1000м на время.	1	Комплек- сный	1.Разминка на учебном круге с палками. 2.Контрольный забег на дистанцию 1000м. с отдельным стартом. Девочки стартуют после мальчиков. 3.Упражнение на восстановление дыхания.		Текущий.	

15 (47)	Баскетбол	ОРУ с большими мячами.	1	Комплексный	Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спорт.играм 1.ОРУ с большими мячами. 2.Передача и ловля мяча снизу и 2-мя руками от груди. 3.Разучить технику упражнения «два шага». 4.Игра «Мяч среднему».	Уметь владеть большим мячом	Текущий.	Броски мяча в стену на расстоянии 3-4м и ловля.
16 (48)		Ведение мяча в движении.	1	Совершенствовать ЗУН	1.Ходьба с выполнением 2-3-х упражнений с мячом 2. ОРУ с большими мячами. 3. Ведение мяча в шаге, в беге. 4.Выполнение передачи мяча с «2-мя шагами». 5.Учить броски по кольцу снизу. 6.Игра «Солнышко»		Текущий.	Выполнять броски мяча в стену на расстоянии 3-4м и ловля на скорость.
17 (49)		Броски по кольцу снизу.	1	Совершенствование ЗУН	1.ОРУ с большими мячами. 2. Сдать на оценку ведение мяча в движении. 3.Совершенствовать технику бросков по кольцу. 3.Отрабатывать технику упражнения «два шага». 4.Эстафета с элементами баскетбола.		Текущий, учёт, поточный	Ведение мяча на месте, ловля, два шага, бросок в стену и ловля.
18 (50)		Упражнение «два шага».	1	Комплексный	1.ОРУ с большими мячами. 2.Совершенствовать технику бросков по кольцу снизу. 3.Проверить на оценку упражнение «два шага». 4.Разучить правила игры «Пионербола». 5.Игра «Пионербола».		Текущий, учёт, поточный	
19 (51)		Игра «Пионербол»	1	Комплексный	1.ОРУ в движении. 2.Проверить на оценку технику бросков по кольцу сверху из за головы. 3.Упражнение на брюшной пресс – зачёт. 4.Игра «Перестрелка».	Уметь составлять комплекс УГГ	Текущий.	Больше гулять на улице. Выполнять УГГ.
20 (52)		Игры-эстафеты	1	Комплексный	1.ОРУ. 2.Игры – эстафеты с различными предметами и препятствиями			

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ - 3 класс  
VI четверть (16часов)**

№ п/п	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля	Д/з
Лёгкая атлетика – 13 часов, подвижные игры –3 час.								
1 (53)		<b>Строевые упражнения.</b>	1	Вводный	1.Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по лёгкой атлетике. 2.Беседа о дыхании и темпе при беге на длинные дистанции. 3.Строевые упражнения. 4.Выполнение строевых команд. 5.ОРУ с гимнастической скакалкой. 6.Игра-эстафета «Гонка мячей над головой». 7.Медленный бег до 2-х мин. 8.Восстановление дыхания.	<b>Знать</b> правила безопасного поведения при занятиях гимнастикой и акробатикой в гимнастическом зале	Текущий	Прыжки через скакалку, упражнение на брюшной пресс, отжимание, подтягивание.
2 (54)		<b>ОРУ с гимнастической скакалкой</b>	1	Совершенствовать ЗУН	1.ОРУ с гимнастической скакалкой. 2.Медленный бег до 2,5мин. 3.Прыжки через скакалку на скорость за 30сек. 4.Совершенствование техники прыжков в высоту. 5.Игра «Круговая охота».	<b>Уметь</b> выполнять правильное дыхание при ходьбе и беге	Текущий	Силовые упражнения и прыжки через скакалку.
3 (55)		<b>Прыжки в высоту.</b>	1	Совершенствовать ЗУН	1.Ходьба по залу с выполнением прыжковых упражнений. 2.ОРУ с гимнастической скакалкой. 3.Медленный бег до 3 мин. 4.Совершенствование техники прыжков в высоту. 5.Метание мяча малого мяча в вертикальную цель. 6.Игра «Борьба за мяч.	<b>Знать</b> название гимнастических снарядов	Текущий	

4 (56)		<b>ОРУ с большими мячами.</b>	1	Совершенство- ствовать ЗУН	1.ОРУ с большими мячами. 2.Ведение мяча в движении правой и левой руками. 3.Совершенствование техники прыжков в высоту. 4.Совершенствование техники метания мяча в вертикальную цель. 5.Игра «Салки – ноги от земли».		Текущий	Силовые упражнения и прыжки через скакалку.
5 (57)		<b>Метание мяча в вертикальную цель.</b>	1	Комплек- сный	1.ОРУ с большими мячами. 2.Ведение мяча в движении правой и левой руками. 3.Совершенствование техники прыжков в высоту. 4.Совершенствование техники метания мяча в вертикальную цель. 5.Учёт по технике прыжков в высоту. 6.Игра «День и ночь».		Текущий, учёт, поточный	Метание мяча в любую цель с расстояний 4 и 6 м.
6 (58)		<b>Высокий старт. Подвижные игры с элементами футбола.</b>	1	Комплек- сный	1.ОРУ в движении. 2.Медленный бег до 3-х мин. 3.Бег с ускорением. 4.Повторить технику высокого старта. 5.Совершенствование техники метания мяча в вертикальную цель. 6.Броски в баскетбольное кольцо. 7.Зачёт по броскам в кольцо. 8.Игра «Воробьи, вороны».		Текущий, учёт, поточный	Метание малого мяча на дальность.
7 (59)		<b>ОРУ в движении. Подвижные игры с элементами футбола.</b>	1	Комплек- сный	1.Ходьба и медленный бег до 3-х мин. 2.ОРУ в движении. 3.Повторить технику высокого старта. 4.Зачёт по выполнению техники высокого старта: «На старт!», «Внимание!», «Марш!». 5.Подвижная игра «Поезда»		Текущий, учёт, групповой	



8 (60)	Полоса из 5-ти препятствий. Подвижные игры с элементами футбола.	1	Совершенствование ЗУН	1. Ходьба и медленный бег до 3-х мин. 2. ОРУ в движении. 3. Прохождение полосы из 5-ти препятствий. 4. Встречная эстафета 3*10 с кубиками. 5. Упражнение на брюшной пресс (на скорость).		Текущий, учёт, групповой	Прыжки в длину с места.
9 (61)	Урок тестирования. Подвижные игры с элементами футбола.	1	Учётный	1. Игра с бегом «Салки – перебежки». 2. Тестирование: - челночный бег 3*10м; - прыжок в длину с места. 3. Игра «мяч среднему»		Текущий, тестирование, групповой и поточный	Подтягивание – мальчики, отжимание – девочки.
10 (62)	Бег до 3-х минут. Подвижные игры с элементами футбола.	1	Комплексный	1. Ходьба и медленный бег до 3-х мин. 2. ОРУ в движении. 3. Тестирование: Подтягивание: мальчики - на высокой перекладине девочки – на низкой перекладине. 4. Повторить технику метания мяча с места в лицевую стену зала. 5. Игра «Удочка»		Текущий, тестирование	Бег на скорость
11 (63)	Игры: «Мяч среднему», «Салки».	1	Комплексный	1. ОРУ в движении. 2. Медленный бег в чередовании с ходьбой. 3. Прыжковые упражнения - разновидность. 4. Зачёт по технике метания мяча. 5. Игры «Мяч среднему», «Охотники и утки», «Салки».		Текущий, зачёт, групповой	Бег на скорость
12 (64)	Игра-эстафета «Кто быстрее?».	1	Комплексный	1. ОРУ в движении. 2. Медленный бег в чередовании с ходьбой. 3. Повторить технику высокого старта с ускорением до 15-20м.		Текущий, учёт, групповой	Бег на скорость

					4. Учёт бега с высокого старта на 30м. 5. Учить прыжкам в высоту в длину с разбега. 6. Игра-эстафета « <b>Кто быстрее?</b> ».			
<b>13</b> <b>(65)</b>		<b>Прыжки в длину способом «согнув ноги»</b> <b>Подвижные игры с элементами футбола.</b>	1	Совершенствование ЗУН	1.ОРУ в движении. 2.Медленный бег до 30х мин. 3.Повторить технику прыжка в длину способом «согнув ноги» с 5-7 шагов. 4.Игра « <b>Охотники и утки</b> ». 5.Провести забеги на 200м (рассказать о темпе бега, системе дыхания, о темпе в начале и конце дистанции).	<b>Знать</b> о темпе бега, системе дыхания, о темпе в начале и конце дистанции	Текущий	Бег на выносливость
<b>14</b> <b>(66)</b>		<b>Бег на время: 300м-девочки, 500м-мальчики.</b> <b>Подвижные игры с элементами футбола.</b>	1	Комплексный	1.Общеразвивающие прыжковые упражнения : - многоскоки; - прыжки правым и левым плечом вперёд; 2.Повторить технику прыжка в длину способом «согнув ноги». 3.Зачёт по технике прыжков в длину способом «согнув ноги». 4..Забег на время: - 300м–девочки; - 500м-мальчики.		Текущий, зачёт	Бег на выносливость
<b>15</b> <b>(67)</b>		<b>Бег на время на 1000м.</b> <b>Подвижные игры с элементами футбола.</b>	1	Комбинированный	1.ОРУ в движении. 2.Зачёт: - по кроссу на 1000м.; - подтягивание – мальчики, - отжимание – девочки; - прыжки в длину с места. 3.Игра по желанию детей.	<b>Знать</b> значение физической культуры для жизни человека	Текущий, зачёт	

16 (68)	Прыжки через скакалку	1	Зачёт Совершенство- вании ЗУН	1.ОРУ в движении.	<b>Уметь</b> самостоятельно играть в игры, выученные на урока.	Текущий, зачёт Текущий	Не умеющим плавать - за лето научиться держаться на воде.
				2.Зачёт: - прыжки через скакалку; - бег на 60м; - упражнение на гибкость.			
	Игры-эстафеты с различными предметами – по желанию детей.			1.Игры-эстафеты с различными предметами – по желанию детей. 2.Беседа: «Правила приёма солнечных и воздушных ванн», «Правила поведения на воде во время купания в открытых водоёмах», «Двигательный режим в дни летних каникул». 3.Дать ученикам индивидуальные задания по развитию физических качеств и обучению плаванию. 4.Кратко объявить тестирования за год.			

#### УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

##### ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 176 с.

##### МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов Москва «Просвещение»  
2012 Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич

##### ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

[HTTPS://RESH.EDU.RU/SUBJECT/9/](https://resh.edu.ru/subject/9/)

##### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

##### УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБО

**Д** – демонстрационный экземпляр ( 1 экземпляр);

**К** – полный комплект (для каждого ученика);

**Ф** – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

**П** – комплект, необходимый для работы в группах (1 экземпляр на 5–6 человек)

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
<b>1</b>	<b>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</b>	
<b>2</b>	Стандарт начального общего образования по физической культуре	Д
<b>1.2</b>	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2012.	Д
<b>1.3</b>	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2005.	Ф
<b>1.4</b>	Рабочая программа по физической культуре	Д
<b>1.5</b>	Лях В.И. Физическая культура Предметная линия учебников Москва «Просвещение» 2014	Д
<b>2</b>	<b>Дополнительная литература для учителя</b>	
<b>2.1</b>	Дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура»	Ф
<b>2.2</b>	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя Издательство Москва 1998	Д
<b>2.3</b>	Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физкультуре 1, 2,3,4 класс Москва «Вако» 2014	Д
<b>3</b>	<b>Дополнительная литература для обучающихся</b>	
<b>3.1</b>	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
<b>4</b>	<b>Технические средства обучения</b>	
4.1	Компьютер	Д
4.2	Мультимедиапроектор	Д
<b>5</b>	<b>Учебно-практическое оборудование</b>	
5.1	Канат для лазанья	П
5.2	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
5.3	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные	Ф
5.4	Палка гимнастическая	Ф
5.5	Скакалка детская	К
5.6	Мат гимнастический	Ф
5.7	Кегли	Ф
5.8	Обруч пластиковый детский	К
5.9	Рулетка измерительная	К
<b>6</b>	<b>Средства первой помощи</b>	
6.1	Аптечка в медицинском кабинете	Д

