

**Приложение к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура»,
3 класс**

№ п/п	Тема раздела, урока	Кол-во часов	Дата проведения		Формы организации учебной деятельности	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС НОО)		
			план	факт		Личностные	Метапредметные	Предметные
Легкая атлетика 13								
	Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения. Организационно методические требования на уроках физической культуры. Ходьба и бег.	1			Вводный урок.	Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач	Познавательные ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач Коммуникативные ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Регулятивные выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения	Знать технику выполнения высокого старта и финиша. Уметь выполнять высокий старт с последующим ускорением. Подготовка к ГТО
	Тестирование бега на 30 метров..Ходьба и бег. История возникновения ГТО.	1			Урок-игра			
	Техника челночного бега. Ходьба и бег.	1			Урок-игра			
	Ходьба и бег. Челночный бег 3X10.	1			Контрольный			
	Прыжок в длину с разбега . Прыжки.	1			Урок-игра			
	Прыжки. Прыжки в длину с разбега. Чемпионы Тюмени.	1			Урок-игра			
	Прыжки. Прыжки в длину с разбега.	1			Урок-игра			
	Метание. Метание малого мяча на точность.	1			Урок-игра			
	Метание. ЗОЖ.	2			Урок-игра			

	Прыжки.	3			Урок-игра			
Подвижные игры. 4								
	Инструктаж по технике безопасности. Подвижные игры.	4			Урок-игра	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</p> <p>Управлять своими эмоциями в различных ситуациях</p> <p>Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования</p>	<p>Познавательные используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления</p> <p>Коммуникативные договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p> <p>Регулятивные Принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко</p>	<p>Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе.</p> <p>Выполнять прыжки через скакалку.</p> <p>Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).</p>

следующей;
осуществляют
итоговый
пошаговый контроль.

Гимнастика с основами акробатики 14

Инструктаж по технике безопасности и правилам поведения. Акробатика. Строевые упражнения.	2			Изучение нового материала.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. 2 Оценивать игровые ситуации с точки зрения правил поведения и этики 3 Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.	Познавательные используют общие приемы решения поставленных задач Коммуникативные используют речь для регуляции своего действия Регулятивные планируют свои	1 Уметь применять правила техники безопасности на уроках гимнастики. 2 Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки, Выполнять упр. на гибкость. 3. Выполнять упражнения на укрепление мышц
Акробатика. Строевые упражнения.	3		Урок -эстафеты				
Висы. Строевые упражнения. Что такое ГТО?	4		Урок-игра				
Опорный прыжок, лазание ,упражнения в равновесии.	4		Урок-игра				

действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации

туловища; выполнять комплексы утренней зарядки. Выполнять упр. на гибкость.

Лыжные гонки. 16

Инструктаж по технике безопасности. Значение лыжной подготовки.	1			Урок-игра	<p>1 Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. 2 Формирование положительного отношения к учению 3 Волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном. Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач;</p>	<p>Познавательные определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач Коммуникативные договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов. Подготовка к ГТО Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.</p>
Скользкий шаг	1			Урок -эстафеты			
Попеременный двухшажный ход. Мои успехи в ГТО.	1			Контрольный урок			
Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъем ступающим шагом.	1			Урок-игра			
Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой.	1			Урок-игра			
Попеременный двухшажный ход.	1			Урок-эстафеты			
Спуск в основной стойке и подъем лесенкой.	1			Урок-игра			
Подъем и спуск на склоне.	1			Урок-игра			
Подъем и спуск на склоне.	1			Урок-игра			
Попеременный двухшажный ход.	2			Урок-эстафеты			
Техника передвижения на лыжах. Травматизм на	1			Урок-игра			

	уроках и как этого избежать.							
	Техника передвижения на лыжах. Что мы знаем про ГТО.	2			Урок-игра		Регулятивные Принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль	
	Ходьба на лыжах 1км.	1			Урок- эстафеты			
	Подъем и спуск на склоне.	1			Урок-игра			
Подвижные игры. 4								
	Инструктаж по технике безопасности. Игра "Ловкий оленевод"	1			Урок-игра	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Познавательные используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления Коммуникативные договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и	Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе. Выполнять прыжки через скакалку. Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести и т.д).
	Игра "Охотники и зайцы"	1			Урок-игра			
	Игра "Силачи" Спортсмены России.	1			Урок-игра			
	Игра "Цапля ходит по болоту"	1			Урок-игра			

							<p>взаимодействии Регулятивные Принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p>	
--	--	--	--	--	--	--	---	--

Спортивные игры баскетбол 8

Инструктаж по технике безопасности. Спортивные игры - баскетбол.	8			Урок-игра	<p>Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования</p>	<p>Познавательные используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления Коммуникативные договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера</p>	<p>Иметь представления о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системе. Выполнять прыжки через скакалку. Характеристика основных физических качеств (быстроты, ловкости, координации, силы, прыгучести)</p>
--	---	--	--	-----------	---	---	--

							в общении и взаимодействии Регулятивные Принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый пошаговый контроль.	и т.д).
--	--	--	--	--	--	--	--	---------

Легкая атлетика.9

	Инструктаж по технике безопасности. Ходьба и бег.	3			Урок-игра	1 Активно включаться в общение с учителем, сверстниками.	Познавательные Используют общие приемы решения поставленных задач; Коммуникативные используют речь для регуляции своего	1 Знать разновидности ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать
	Прыжки. Олимпиада и Олимпийское движение.	3			Урок- эстафеты	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие.		
	Метание мяча.	3			Урок- эстафеты	2. Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач.		
						3. Проявлять трудолюбие и		

						<p>упорство в достижении поставленных целей. 4. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</p>	<p>действия</p>	<p>корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием 2 Распределять свои силы во время продолжительного бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием 4 Выполнять нормы ГТО.</p>
--	--	--	--	--	--	--	-----------------	---