

**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 21								
1	Организационно методические требования на уроках физической культуры. Ходьба и бег.	1			Вводный урок.	1 Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие. 2. Оценивать собственную учебную деятельность: свои достижения, самостоятельность, инициативу, ответственность, причины неудач. 3. Проявлять трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. 4. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Познавательные Используют общие приемы решения поставленных задач;	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 корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием 2 Распределять свои силы во время продолжительного
2	Тестирование бега на 30м..(Подготовка к ГТО)Ходьба и бег.История возникновения ГТО.	1			Урок-игра			
3	Тестирование бега на 30м.Ходьба и бег..(Подготовка к ГТО)	1			Урок-игра			
4	Ходьба и бег.Тестирование челночного бега 3*10 (Подготовка к ГТО)	1			Контрольный			
5	Ходьба и бег . Спортивная игра - футбол. Олимпиада и олимпийское движение.	1			Урок-игра			
6	Прыжок в длину с разбега . Прыжки..(Подготовка к ГТО)	1			Урок-игра			
7	Прыжки .Прыжки в длину с разбега на результат .	1			Урок-игра			
8	Прыжки. Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега.	1			Контрольный			

9	Метание. Тестирование метания малого мяча на точность.	1			Урок-игра	5. Управлять своими эмоциями в различных ситуациях Формировать потребности к ЗОЖ	Регулятивные Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации Регулятивные Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации	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.
10	Метание..(Подготовка к ГТО)	2		Урок-игра				
11	Ходьба и бег. Измерение физической нагрузки.	4		Урок-эстафета				
12	Прыжки.	3		Урок-игра				
13	Метание мяча..(Подготовка к ГТО)	3		Урок-игра				

Подвижные игры. 8

14	Правила и техника безопасности. Подвижные игры	8			Урок-игра	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	<p>Познавательные Ориентируются в разнообразии способов решения задач</p> <p>Коммуникативные Формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p> <p>Регулятивные принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимаю оценку учителя</p>	Связь физических качеств с физическим развитием. Развитие скоростно-силовых способностей
----	--	---	--	--	-----------	---	---	--

Гимнастика с основами акробатики 21

15	Правила и техника безопасности. Акробатика.	5			Изучение нового материала.	Проявлять дисциплинированность	Познавательные используют общие	1 Уметь применять
----	---	---	--	--	----------------------------	--------------------------------	---	-------------------

	Строевые упражнения.					ь, 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.	приемы решения поставленных задач Коммуникативные используют речь для регуляции своего действия Регулятивные планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации	правила техники безопасности на уроках гимнастики. 2 Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки, Выполняют упр. на гибкость. 3. Выполнять упражнения на укрепление мышц туловища; выполнять комплексы утренней зарядки. Выполнять упр. на гибкость.
16	Акробатика. Строевые упражнения.	2		Урок-игра				
17	Висы. Строевые упражнения.	5		Урок-игра				
18	Висы. Строевые упражнения. Что такое физическое развитие и физические качества?	2		Урок-игра				
19	Опорный прыжок, лазание, упр в равновесии.	5		Урок-игра				
20	Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	2		Урок-игра				

Лыжные гонки.23

21	Вводный. Значение лыжной подготовки	1			Изучение нового материала.	1 Способность к волевому усилию, преодоление препятствия. 2 Формирование положительного отношения к учению 3 Волевая саморегуляция,	Познавательные определяют, где применяются действия с мячом; используют общие приемы решения поставленных задач Коммуникативные договариваются и	Выполнять передвижения на лыжах в соответствии с программным материалом. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения
22	Скользкий шаг. Оказание первой помощи при лёгких травмах.	2			Урок-игра			
23	Попеременный двухшажный ход.	3			Урок-игра			
24	Спуск на лыжах в основной и низкой стойке, подъем ступающим шагом.	1			Урок-игра			

25	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенко.	1			Урок-игра	<p>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>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 участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль</p>	<p>лыжных ходов. Подготовка к ГТО Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов.</p>
26	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой.	2			Урок-игра		
27	Попеременный двухшажный ход. Техника подъема лесенкой.	1			Урок-игра		
28	Попеременный двухшажный ход.	1			Урок-игра		
29	Спуск в основной стойке и подъем лесенкой.	1			Урок-игра		
30	Спуск в основной стойке и подъем лесенкой.	1			Урок-игра		
31	Подъем и спуск на склоне.	2			Урок-игра		
32	Подъем и спуск на склоне.	1			Урок-игра		
33	Попеременный двухшажный ход.	1			Урок-игра		
34	Техника передвижения на лыжах.	1			Урок-игра		
35	Техника передвижения на лыжах. Что мы знаем про ГТО.	2			Урок-игра		
36	Контрольное упражнение. Ходьба на лыжах 1 км. (Подготовка к ГТО)	1			Контрольный урок		
37	Подъем и спуск на склоне.	1			Урок-игра		

Подвижные игры.4

38	Ловкий оленевод Закаливание	1			Урок-игра	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	Познавательные используют общие приемы решения поставленных задач; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления	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).
39	Охотники и зайцы	1		Урок-игра	Управлять своими эмоциями в различных ситуациях	Коммуникативные договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии		
40	Силачи	1		Урок-игра	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования	Регулятивные Принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый пошаговый контроль.		
41	Цапля ходит по болоту	1		Урок-игра				

Спортивные игры баскетбол 13

42	Правила и техника безопасности. Спортивные игры баскетбол	13			Урок-игра	Ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так и окружающих людей.		Уметь выполнять подвижные игры и эстафеты с бегом, прыжками, метаниями соблюдая правила игр и безопасность.
----	---	----	--	--	-----------	--	--	---

Легкая атлетика 12

43	Ходьба и бег .Мои успехи в ГТО.	6			Урок – дискуссия.	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
44	Прыжки..(Подготовка к ГТО)	3		Урок-игра				
45	Метание мяча..(Подготовка к ГТО)	3		Урок-игра				

