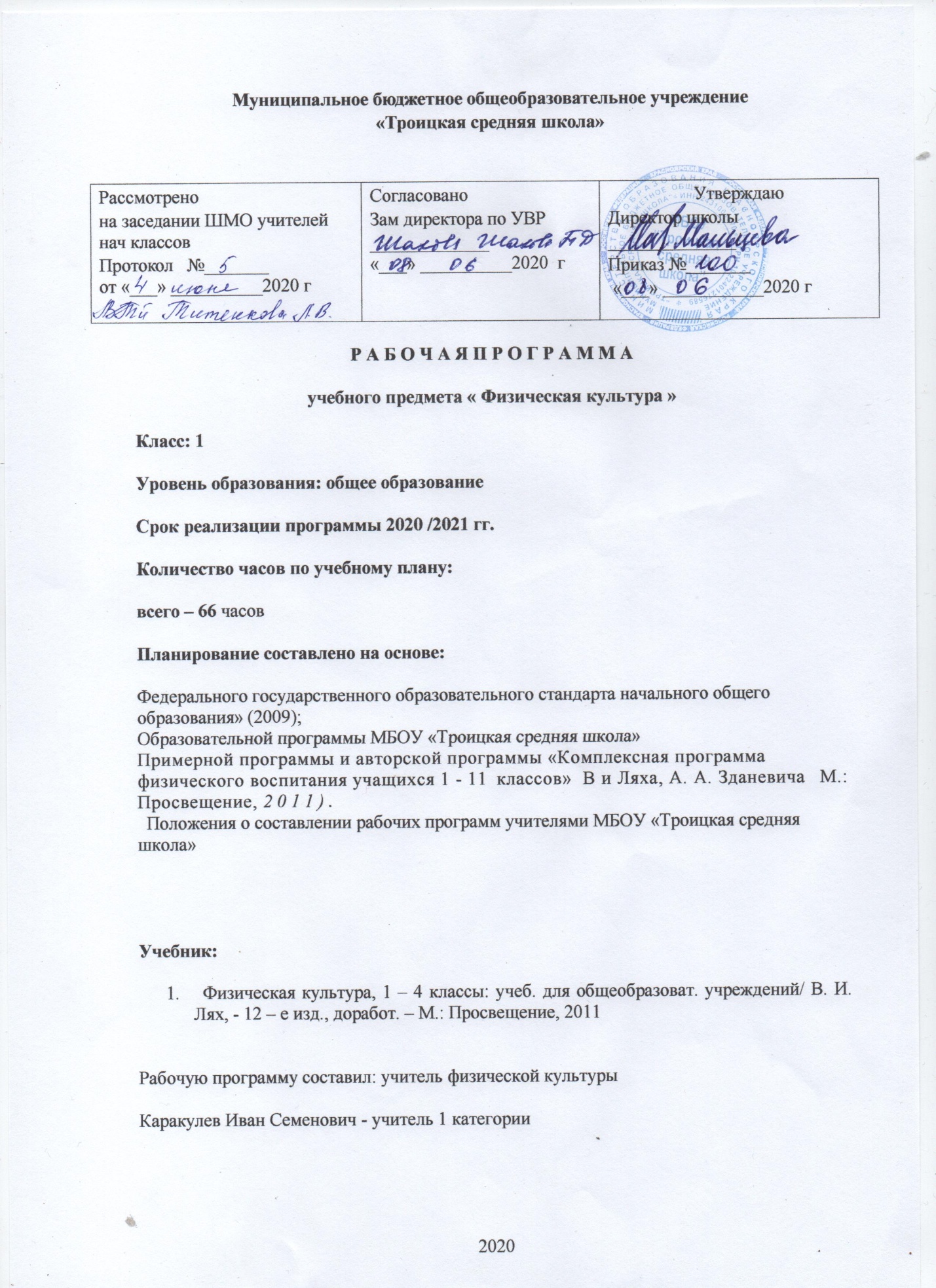
****

1. **Результаты изучения учебного предмета «Физическая культура»**

Базовым результатом образования в области физической культуры и спорта в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура»

**Универсальными компетенциями** учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

— умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;

— умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

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

— активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

— проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

— проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

— оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

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

— характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

— находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

— общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

— обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

— технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

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

— представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

— бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

— взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

— в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;

1. **Содержание учебного предмета**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название раздела** | **Содержание раздела** | **Кол-во часов** |
| **1** | ***Легкая атлетика*** | Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках.  Обычный бег. Бег с ускорением.  Бег на короткие дистанции  Разновидности ходьбы. Бег с ускорением.  Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние.  Прыжки с продвижением вперед  Прыжок в длину с места.  Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания.  Прыжки на одной ноге, на двух на месте. | 11 |
| **2** | **Гимнастика** | Акробатика. Строевые упражнения . Основная стойка.  Основная стойка. Построение в колонну по одному.  Основная стойка. Построение в шеренгу.  Основная стойка. Построение в круг.  Равновесие. Строевые упражнения  Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево.  Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке.  Опорный прыжок. Лазание по гимнастической стенке  Лазание по канату  Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях.  Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». | 17 |
| **3** | **Подвижные игры** | Подвижные игры. Эстафеты.  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей  Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит».  Игры «Волк во рву», «Посадка картошки».  Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки».  Игры «Пятнашки », «Два Мороза». Эстафеты.  Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки».  Игры «Удочка», «Компас».  Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей  Игры «Лисы и куры», «Точный расчет».  Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | 15 |
| **4** | **Подвижные игры на основе баскетбола** | Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча снизу на месте  Бросок мяча снизу на месте  Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте.  Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте.  Бросок мяча снизу на месте в щит.  Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу» | 15 |
| **5** | **Кроссовая подготовка** | Равномерный бег Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки».  Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа  Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. | 8 |

1. **Календарно – тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Дата** | |
| **план** | **факт** |
| **1** | Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. | **1** | 03.09 |  |
| **2** | Ходьба под счет. Ходьба на носках, на пятках. | **1** | 04.09 |  |
| **3** | Обычный бег. Бег с ускорением. | **1** | 10.09 |  |
| **4** | Бег на короткие дистанции | **1** | 11.09 |  |
| **5** | Разновидности ходьбы. Бег с ускорением. | **1** | 17.09 |  |
| **6** | Прыжки на одной ноге, на двух на месте. | **1** | 18.09 |  |
| **7** | Прыжки с продвижением вперед. | **1** | 24.09 |  |
| **8** | Прыжок в длину с места. | **1** | 25.09 |  |
| **9** | Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. | **1** | 01.10 |  |
| **10** | Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания. | **1** | 02.10 |  |
| **11** | Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на заданное расстояние. | **1** | 08.10 |  |
| **12** | Акробатика. Строевые упражнения . Основная стойка. | **1** | 09.10 |  |
| **13** | Основная стойка. Построение в колонну по одному. | **1** | 15.10 |  |
| **14** | Основная стойка. Построение в шеренгу. | **1** | 16.10 |  |
| **15** | Основная стойка. Построение в шеренгу. | **1** | 22.10 |  |
| **16** | Основная стойка. Построение в круг | **1** | 23.10 |  |
| **17** | Основная стойка. Построение в круг. | **1** | 05.11 |  |
| **18** | Равновесие. Строевые упражнения | **1** | 06.11 |  |
| **19** | Равновесие. Строевые упражнения | **1** | 12.11 |  |
| **20** | Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. | **1** | 13.11 |  |
| **21** | Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». | **1** | 19.11 |  |
| **22** | Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». | **1** | 20.11 |  |
| **23** | Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». | **1** | 26.11 |  |
| **24** | Опорный прыжок. Лазание по гимнастической стенке. | **1** | 27.11 |  |
| **25** | Лазание по канату | **1** | 03.12 |  |
| **26** | Лазание по канату | **1** | 04.12 |  |
| **27** | Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях. | **1** | 10.12 |  |
| **28** | Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке. | **1** | 11.12 |  |
| **29** | Подвижные игры. Эстафеты. | **1** | 17.12 |  |
| **30** | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 18.12 |  |
| **31** | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 24.12 |  |
| **32** | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 25.12 |  |
| **33** | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 14.01 |  |
| **34** | Игры «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит». | **1** | 15.01 |  |
| **35** | Игры «Волк во рву», «Посадка картошки». | **1** | 21.01 |  |
| **36** | Игры «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки». | **1** | 22.01 |  |
| **37** | Игры «Пятнашки », «Два Мороза». Эстафеты. | **1** | 28.01 |  |
| **38** | Игры «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». | **1** | 29.01 |  |
| **39** | Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей | **1** | 04.02 |  |
| **40** | Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». | **1** | 05.02 |  |
| **41** | Игры «Лисы и куры», «Точный расчет». | **1** | 18.02 |  |
| **42** | Игры «Удочка», «Компас». | **1** | 19.02 |  |
| **43** | Игры «Удочка», «Компас». | **1** | 25.02 |  |
| **44** | Подвижные игры на основе баскетбола. Бросок мяча снизу на месте | **1** | 26.02 |  |
| **45** | Бросок мяча снизу на месте | **1** | 04.03 |  |
| **46** | Бросок мяча снизу на месте | **1** | 05.03 |  |
| **47** | Бросок мяча снизу на месте | **1** | 11.03 |  |
| **48** | Эстафеты с мячами. Игра «Мяч соседу». | **1** | 12.03 |  |
| **49** | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. | **1** | 18.03 |  |
| **50** | Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. | **1** | 19.03 |  |
| **51** | Бросок мяча снизу на месте в щит. | **1** | 01.04 |  |
| **52** | Бросок мяча снизу на месте в щит. | **1** | 02.04 |  |
| **53** | Бросок мяча снизу на месте в щит. | **1** | 08.04 |  |
| **54** | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. | **1** | 09.04 |  |
| **55** | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. | **1** | 15.04 |  |
| **56** | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. | **1** | 16.04 |  |
| **57** | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. | **1** | 22.04 |  |
| **58** | Бросок мяча снизу на месте в щит. Ловля и передача мяча снизу на месте. | **1** | 23.04 |  |
| **59** | Равномерный бег Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». | **1** | 29.04 |  |
| **60** | Равномерный бег Чередование ходьбы, бега. Подвижная игра «Пятнашки». | **1** | 30.04 |  |
| **61** | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. | **1** | 06.05 |  |
| **62** | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. | **1** | 07.05 |  |
| **63** | Сочетание различных видов ходьбы. Бег с изменением направления, ритма и темпа. | **1** | 13.05 |  |
| **64** | Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. | **1** | 14.05 |  |
| **65** | Прыжок в длину с места, с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги. | **1** | 20.05 |  |
| **66** | Подвижная игра «Защита укрепления». Эстафеты. | **1** | 21.05 |  |