

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа с. Муханово муниципального района  
Кинель-Черкасский Самарской области

**УТВЕРЖДЕНО:**

Приказ № 92-ОД от 15.08.2019 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Физическая культура**  
(полное наименование)

**1-4**  
(классы)

**базовый**  
(уровень обучения)

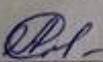
**4 года**  
(срок реализации)

**СОСТАВИТЕЛИ (РАЗРАБОТЧИКИ)**

Должность: учитель физической культуры  
Ф.И.О. Харьков Г. Ю.

**«ПРОВЕРЕНО»**

Заместитель директора по УВР:

 Аленина С.В.

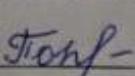
Дата: 15.08.2019 г.

**«СОГЛАСОВАНО НА ЗАСЕДАНИИ ШМО»**

Рекомендуется к утверждению

Протокол № 1 от 15.08.2019 г.

Председатель ШМО:

 Пономарёва Т.М.

## Аннотация к рабочей программе

### по физической культуре (полное наименование программы)

Нормативная база программы:	1.Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012; 2.Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373, в редакции приказов Министерства образования и науки РФ от 26 ноября 2010 г. №1241, от 22 августа 2011 г. № 2357, от 31 декабря 2015 г № 1576); 3.Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15); 4. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных организациях при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 28 декабря 2018 года № 345 с изменениями и дополнениями. 5. Перечень организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Минобрнауки РФ от 09.06.2016 № 699; 6. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы : учебное пособие для общеобразовательных организаций / В. И. Лях. – 5-е изд. – М. : Просвещение, 2016.
Общее количество часов:	405
Уровень реализации:	базовый
Срок реализации:	4 года
Автор(ы) рабочей программы:	Харьков Г.Ю.

### **Учебно-методический комплект 1 класса**

<b>Составляющие УМК</b>	<b>Название</b>	<b>Автор</b>	<b>Год издания</b>	<b>Издательство</b>
Учебник	Физическая культура	Лях В.И.	2014г	Просвещение

### **Учебно-методический комплект 2 класса**

<b>Составляющие УМК</b>	<b>Название</b>	<b>Автор</b>	<b>Год издания</b>	<b>Издательство</b>
Учебник	Физическая культура	Лях В.И.	2014г	Просвещение

### **Учебно-методический комплект 3 класса**

<b>Составляющие УМК</b>	<b>Название</b>	<b>Автор</b>	<b>Год издания</b>	<b>Издательство</b>
Учебник	Физическая культура	Лях В.И.	2014г	Просвещение

### **Учебно-методический комплект 4 класса**

<b>Составляющие УМК</b>	<b>Название</b>	<b>Автор</b>	<b>Год издания</b>	<b>Издательство</b>
Учебник	Физическая культура	Лях В.И.	2014г	Просвещение

**Место дисциплины в учебном плане**

Предметная область	Предмет Класс	<b>Количество часов в неделю</b>					
		1	2	3	4		
Физическая культура	Физическая культура	<b>Обязательная часть (федеральный компонент)</b>					
		3	3	3	3		
		<b>Часть, формируемая участниками образовательных отношений (региональный компонент и компонент образовательного учреждения)</b>					
<b>Итого:</b>		3	3	3	3		
Административных контрольных работ:							
Контрольных работ:							
Лабораторных работ:							
Практических работ:							

## Тематическое планирование

### 1 класс

№	Название раздела (темы)	Содержание учебного предмета, курса	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Знание о физической культуре	<p>Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.</p> <p>Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Причины возникновения физической культуры. Этапы возникновения физической культуры.</p> <p>Физические упражнения, их влияние на организм</p> <p>Основные физические качества: сила, быстрота, выносливость, ловкость, гибкость, прыгучесть</p>	5	
2.	Легкая атлетика.	<p style="text-align: center;"><b><i>Беговые упражнения(14ч)</i></b></p> <p>Сочетание различных видов ходьбы. Ходьба под счет.</p> <p>Обычный бег. Бег с ускорением. Бег с ускорением из различных исходных положений.</p> <p>Бег с изменением направления, ритма и темпа.</p> <p>Бег в заданном коридоре. Бег с высоким подниманием бедра. Высокий старт.</p> <p>Понятие «короткая дистанция».</p> <p>Развитие скоростных качеств, выносливости</p> <p>Бег (30 м), (60 м). Челночный бег.</p> <p>Кросс по слабопересеченной местности до 1 км.</p> <p>Смешанное передвижение до 1 км.</p> <p>Равномерный, медленный бег до 8 мин.</p> <p>6-минутный бег.</p> <p>Игры и эстафеты с бегом на местности.</p> <p>Преодоление препятствий</p> <p>Подвижные игры «Два мороза», «Гуси-лебеди», «Вызов номера», «Воробы и вороньи», «День и ночь», «Совушка».</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Прыжковые упражнения (9ч)</i></b></p> <p>Прыжки на 1 и на 2 ногах на месте и с продвижением вперед.</p> <p>Прыжок в длину с места.</p> <p>Прыжки со скакалкой.</p> <p>Прыжок в длину с разбега с отталкиванием одной и приземлением на две ноги.</p> <p>Спрингивание и запрыгивание.</p>	29	

	<p>Прыжок в высоту с разбега с отталкиванием одной ногой. Эстафеты. Подвижные игры «Парашютисты», «Кузнечики», «Прыжок за прыжком». Развитие прыгучести, скоростно-силовых качеств.</p> <p><b><i>Броски большого, метания малого мяча (6ч)</i></b></p> <p>Броски мяча (1кг) на дальность из различных положений. Метание малого мяча в вертикальную цель. Метание малого мяча из положения стоя грудью по направлению метания на дальность и заданное расстояние. Передача набивного мяча в максимальном темпе по кругу. Подвижная игра «К своим флагам», «Попади в мяч», «Кто дальше бросит», «Разгрузи арбузы», «Попади в цель». Развитие скоростно-силовых способностей</p>		
3.	<p><b><i>Подвижные и спортивные игры</i></b></p> <p><b><i>Подвижные игры (12ч)</i></b></p> <p>Эстафеты, подвижные игры «К своим флагам», «Два мороза», «Класс, смирно!», «Октябрята», «Метко в цель», «Погрузка арбузов», «Через кочки и пенечки», «Кто дальше бросит», «Волк во рву», «Посадка картошки», «Капитаны», «Попрыгунчики-воробушки», «Пятнашки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Точный расчет», «Удочка», «Компас».</p> <p><b><i>Подвижные игры на основе баскетбола (17ч)</i></b></p> <p>Бросок мяча снизу на месте. Ловля мяча на месте. Передача мяча снизу на месте. Бросок мяча снизу на месте в щит. Ведение мяча на месте. Эстафеты с мячами. Игры «Бросай и поймай», «Передача мячей в колоннах», «Мяч соседу», «Гонка мячей по кругу», «Передал - садись», «Выстрел в небо», «Круговая лапта», «Мяч в обруче», «Перестрелка», «Не давай мяча водящему». Игра в мини-баскетбол.</p>	29	
4.	<p><b><i>Гимнастика с основами акробатики</i></b></p> <p><b><i>Организующие команды и приемы (4ч)</i></b></p> <p>Основная стойка. Построение в колонну по одному. Построение в круг. Построение в шеренгу. Построение в 2 шеренги. Перестроение по звеньям, по заранее установленным местам. Размыкание на вытянутые в стороны руки. Повороты направо, налево. Выполнение команд «Класс, шагом марш!», «Класс, стой!». Строевые приемы на месте и в движении.</p>	24	

Развитие координационных способностей.

ОРУ с предметами и без них.

Игра «Пройти бесшумно». Игра «Змейка». Игра «Не ошибись!»

Перешагивание через мячи.

### *Акробатические упражнения(6ч)*

Группировка.

Перекаты в группировке.

Перекаты в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях.

Сед руки в стороны.

Упор присев - упор лежа - упор присев.

Стойка на лопатках.

Ранее изученная акробатическая комбинация.

Игра «Совушка», «Пройти бесшумно», «Космонавты», «Ползуны».

Развитие координационных способностей.

Название основных гимнастических снарядов

### *Снарядная гимнастика (7ч)*

Лазание по канату.

Перелезание через коня.

Игра «Фигуры», «Западня», «Обезьянки», «Тише едешь – дальше будешь». Ходьба по гимнастической скамейке. Перешагивание через мячи.

Лазание по канату.

Ходьба по гимнастической скамейке с перешагиванием через препятствия.

С места толчком одной ногой, напрыгивание двумя ногами на мостик и, отталкиваясь, прыжок через гимнастического козла.

Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.

Висы и упоры на низкой перекладине.

В упоре на низкой перекладине перемах правой (левой) и обратно.

Из виса стоя присев толчком двумя ногами перемах , согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.

### *Гимнастические упражнения прикладного характера (7ч )*

Лазание по гимнастической стенке.

Перелезание через коня, через горку матов.

Лазание по гимнастической стенке в упоре присев и стоя на коленях.

Подтягивания, лежа на животе на гимнастической скамейке.

Передвижение в висе по гимнастической перекладине .

Подтягивание в висе на низкой перекладине.

Вис согнув ноги, вис углом.

		Поднимание прямых ног в висе. Подтягивание в висе на высокой перекладине. Гимнастическая полоса препятствий. Игры «Ниточка и иголочка», «Три движения», «Светофор», «Обезьянки». Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».		
5.	<b>Лыжные гонки</b>	<i>Организующие команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.</i> <i>Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.</i> <i>Повороты переступанием на месте.</i> <i>Спуски в основной стойке.</i> <i>Подъемы ступающим и скользящим шагом.</i> <i>Торможение падением.</i>	12	
	<b>Итого:</b>		99	

## 2 класс

№	Название раздела (темы)	Содержание учебного предмета, курса	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Знания о физической культуре	<p>Физическая культура как часть общей культуры личности.</p> <p>Правила ТБ при занятиях физической культурой. Организация мест занятий физической культурой, разминка, подготовка инвентаря.</p> <p>Зарождение Олимпийских игр. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.</p> <p>Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия</p>	5	
2.	Легкая атлетика	<p><b>Беговые упражнения (14ч)</b></p> <p>Равномерный медленный бег 8 мин.</p> <p>Разновидности ходьбы. Ходьба по разметкам. Ходьба с преодолением препятствий.</p> <p>Бег в заданном коридоре.</p> <p>Бег с ускорением (30 м). Бег (60 м).</p> <p>Специально-беговые упражнения.</p> <p>Челночный бег.</p> <p>Чередование ходьбы и бега (бег - 60 м, ходьба - 90 м).</p> <p>Преодоление малых препятствий.</p> <p>Бег 1 км без учета времени.</p> <p>Игры и эстафеты с бегом на местности.</p> <p>Эстафеты. Игры «Пятнашки», «Пустое место», «Вызов номеров», «Рыбаки и рыбки», «День и ночь», «Команда быстроногих».</p> <p><b>Прыжковые упражнения (7ч)</b></p> <p>Прыжки с поворотом на 180°.</p> <p>Прыжок с места.</p> <p>Прыжок в длину с разбега в 3-5 шагов, в 7-9 шагов.</p> <p>Прыжок с высоты (до 40 см).</p> <p>Прыжок в высоту с разбега в 4-5 шагов.</p> <p>Игры «К своим флагшкам», «Прыгающие воробушки». «Волк во рву», «Удочка», «Резиночка». Эстафеты.</p> <p><b>Броски большого, метания малого мяча (6ч)</b></p> <p>Метание малого мяча в горизонтальную и в вертикальную цель (2 x 2 м) с расстояния</p>	27	

		4-5 м. Метание малого мяча на дальность отскока от пола и стены. Метание набивного мяча. Эстафеты. Подвижные игры «Защита укрепления», «Кто дальше бросит»		
3.	<b>Подвижные и спортивные игры</b>	<p><b>Подвижные игры (11ч)</b></p> <p>Эстафеты. Игры «К своим флагкам», «Два мороза», «Прыгуны и пятнашки», «Гуси-лебеди», «Невод», «Посадка картошки», «Прыжки по полоскам», «Попади в мяч», «Веревочка под ногами», «Вызов номера», «Западня», «Конники-спортсмены», «Птица в клетке», «Салки на одной ноге», «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде», «Лисы и куры», «Точный расчет».</p> <p><b>Подвижные игры на основе баскетбола (20ч)</b></p> <p>Ловля и передача мяча в движении. Броски в цель (<i>мишень, щит, кольцо</i>). Ведение на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Игры «Попади в обруч», «Передал - садись», «Мяч - среднему», «Мяч соседу», «Мяч в корзину», Передача мяча в колоннах», «Школа мяча», «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Игра в мини-баскетбол.</p>	31	
4.	<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	<p><b>Организующие команды и приемы(3ч)</b></p> <p>Размыкание и смыкание приставными шагами. Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Передвижение в колонне по одному по указанным ориентирам. Подвижные игры «Запрещенное движение» , «Фигуры», «Светофор».</p> <p><b>Акробатические упражнения (9ч)</b></p> <p>Группировка. Перекаты в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Сед руки в стороны. Упор присев - упор лежа - упор присев. Стойка на лопатках. Кувырок вперед и в сторону. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Акробатическая комбинация из ранее изученных элементов. Игры «Пройти бесшумно», «Космонавты», «Фигуры», «Светофор», «Запрещенное движение». Название основных гимнастических снарядов</p>	27	

	<p style="text-align: center;"><b><i>Снарядная гимнастика (8ч)</i></b></p> <p>Вис стоя и лежа.      В висе спиной к гимнастической скамейке поднимание согнутых и прямых ног.      Вис на согнутых руках.      Подтягивания в висе.      Перешагивание через набивные мячи.      Стойка на двух ногах и одной ноге на бревне.      Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук.      Перелезание через коня, бревно.      Комбинация на бревне из ранее изученных элементов.      Лазание по канату.      Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.      Из виса стоя присев махом одной, толчком другой перемах , согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.      Игры «Слушай сигнал», «Ветер, дождь, гром, молния». «Кто приходил?», «Парашютист», «Тише едешь – дальше будешь» «Обезьянки».</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Гимнастические упражнения прикладного характера (7ч )</i></b></p> <p>Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре стоя на коленях и лежа на животе.      Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом и перестановкой рук.      Перешагивание через набивные мячи.      Перелезание через коня, бревно.      Подтягивание в висе на высокой перекладине.      Гимнастическая полоса препятствий.      Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».      Игры «Иголочка и ниточка», «Кто приходил?», «Слушай сигнал», «Обезьянки».</p>		
5.	<b>Лыжные гонки</b>	<i>Передвижения на лыжах: попеременный двухшажный ход.      Спуски в основной стойке.      Подъем «лесенкой».      Торможение «плугом».</i>	12
	<b>Итого:</b>		102

### 3 класс

№	Название раздела (темы)	Содержание учебного предмета, курса	Количество часов	Количество контрольных работ
1.	Знания о физической культуре	<p>Правила ТБ при занятиях физической культурой. Организация мест занятий физической культурой, разминка, подготовка инвентаря, выбор одежды и обуви. Зарождение физической культуры на территории Древней Руси. Символика и ритуал проведения Олимпийских игр. Церемония открытия и закрытия Олимпийских игр, талисманы олимпийских игр, олимпийские символы. Физическое развитие и физическая подготовка. Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств</p>	4	
2.	Легкая атлетика	<p><b>Беговые упражнения (14ч)</b></p> <p>Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Ходьба через несколько препятствий. Чередование ходьбы и бега (<i>бег - 60 м, ходьба - 90 м</i>). Специально-беговые упражнения. Бег в коридоре с максимальной скоростью. Преодоление препятствий в беге. Бег с максимальной скоростью (<i>30 м, 60 м</i>). Бег на результат (<i>30, 60 м</i>). Челночный бег. Встречная эстафета. Эстафеты с бегом на скорость. Кросс (<i>1 км</i>). Выявление работающих групп мышц</p> <p>Расслабление и напряжение мышц при выполнении упражнений Понятия «эстафета», «старт», «финиш» Игры «Пустое место», «Белые медведи», «Смена сторон», «Команда быстроногих», «Гуси-лебеди», «Салки», «Рыбаки и рыбки», «Эстафета зверей», «Перебежка с выручкой».</p> <p><b>Прыжковые упражнения(7ч)</b></p> <p>Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Прыжок в длину с короткого разбега. Прыжок в длину с полного разбега с зоны отталкивания.</p>	27	

	<p>Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Многоскоки. Игры «Гуси лебеди», «Лиса и куры», «Прыгающие воробушки». Правила соревнований в беге, прыжках</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Броски большого, метания малого мяча (6ч)</i></b></p> <p>Метание в цель с 4-5 м. Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Броски большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Игры «Попади в мяч», «Кто дальше бросит», «Дальние броски», «Зайцы в огороде». Правила соревнований в метании</p>		
3.	<p><b>Подвижные и спортивные игры</b></p> <p style="text-align: center;"><b><i>Подвижные игры (8ч)</i></b></p> <p>Эстафеты с предметами и без них. Игры «Заяц без логова», «Удочка», «Наступление», «Метко в цель», «Кто дальше бросит», «Вызов номеров», «Защита укреплений», «Кто обгонит», «Через кочки и пенечки», «Вол во рву», «Пустое место», «К своим флагжкам».</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Подвижные игры на основе баскетбола (12ч)</i></b></p> <p>Ловля и передача мяча на месте и в движении. Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, в квадратах, в круге. Ведение на месте правой (левой) рукой на месте, в движении шагом и бегом. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Броски в цель (<i>цел</i>).</p> <p>Бросок двумя руками от груди. Игры «Передал - садись», «Мяч - среднему», «Борьба за мяч», «Гонка мячей по кругу», «Обгони мяч», «Перестрелка», «Мяч - ловцу», «Не дай мяч водящему», «Мяч соседу». Игра в мини-баскетбол.</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Подвижные игры на основе волейбола (12 ч)</i></b></p> <p>Перемещения. Ходьба и бег по сигналу. Остановка скачком после ходьбы и бега. Броски набивного мяча и ловля его в положении «сверху». Вкладывание волейбольного мяча в положении «передача». По сигналу принятие стойки волейболиста, имитация передачи мяча. Передача мяча подброшенного над собой и партнером.</p>	39	

	<p>Во время перемещения по сигналу – передача мяча. Передача в парах. Прием снизу двумя руками. Мяч набрасывает партнер. Передачи у стены многоократно с ударом о стену. Передача мяча, наброшенного партнером через сетку. Передачи с набрасыванием партнера через сетку. Многоократные передачи в стену. Передачи в парах через сетку. Упражнения в перемещениях и передачи мяча. Игры «Пионербол», «Мяч в воздухе», «Передал-садись».</p> <p><b><i>Подвижные игры на основе футбола (7 ч)</i></b></p> <p>Ходьба и бег с остановками по сигналу. Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы. Ведение мяча с ускорением по кругу, между стоек. Удар с места и с разбега по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Тактические действия в защите. Игра Мини-футбол</p>		
4.	<p><b>Гимнастика с основами акробатики</b></p> <p><b><i>Акробатические упражнения(6ч)</i></b></p> <p>Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Группировка. Перекаты в группировке из упора стоя на коленях. Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. Кувырок вперед в упор присев, Кувырок назад в упор присев. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Стойка на лопатках, согнув ноги. Из стойки на лопатках, согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Мост из положения лежа на спине. Комбинация из разученных элементов Игры «Западня», «Что изменилось?», «Запрещенное движение», «Светофор», «Космонавты».</p> <p><b><i>Снарядная гимнастика (7ч)</i></b></p> <p>Вис стоя и лежа. Упражнения в упоре лежа и стоя на коленях и в упоре на гимнастической скамейке Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе.</p>	20	

	<p>Из виса стоя присев махом одной, толчком другой перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя и обратное движение через вис сзади согнувшись со сходом вперед ноги.</p> <p>Ходьба приставными и танцевальными шагами, повороты, подскоки со сменой ног на бревне (<i>высота до 1 м</i>). Соскок с опорой.</p> <p>Комбинация из ранее изученных упражнений на бревне.</p> <p>Лазание по канату.</p> <p>Перелезание через коня.</p> <p>Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла согнув ноги и ноги врозь.</p> <p>Подвижные игры «Маскировка в колоннах», «Космонавты», «Отгадай, чей голосок», «Тише едешь – дальше будешь», «Посадка картофеля», «Не ошибись!», «Ниточка-иголочка», «Фигуры», «Обезьянки».</p> <p><b><i>Гимнастические упражнения прикладного характера (7ч )</i></b></p> <p>Прыжки на скакалке на 1, 2 ногах, с продвижением вперед.</p> <p>Прыжки группами на длинной скакалке.</p> <p>Перелезание через гимнастического коня.</p> <p>Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками</p> <p>Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки.</p> <p>Переноска партнера в парах.</p> <p>Гимнастическая полоса препятствий.</p> <p>Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы».</p> <p>Игры «Резиночка», «Аисты», «Медсанбат».</p>			
5.	<b><i>Лыжные гонки</i></b>	<i>Передвижения на лыжах: одновременный двухшажный ход, чередование одновременного двухшажного с поперменным двухшажным.</i> <i>Поворот переступанием.</i>	12	
	<b><i>Итого:</i></b>		102	

**4 класс**

<b>№</b>	<b>Название раздела (темы)</b>	<b>Содержание учебного предмета, курса</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Количество контрольных работ</b>
1.	<b>Знания о физической культуре</b>	Правила ТБ при занятиях физической культурой. Организация мест занятий физической культурой, разминка, подготовка инвентаря, выбор одежды и обуви.  Развитие физической культуры в России в 17-19 вв. Современные олимпийское движение. Влияние современного олимпийского движения на развитие физической культуры и спорта в России, крае. Кубанские олимпийцы и паралимпийцы. Правила контроля за физической нагрузкой по ЧСС. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	4	
2.	<b>Легкая атлетика</b>	<b>Беговые упражнения (14ч)</b>  Равномерный медленный бег 3мин. Ходьба с изменением длины и частоты шагов. Чередование бега и ходьбы ( <i>бег - 80 м, ходьба -100 м</i> ). Преодоление простейших препятствий в ходьбе и медленном беге. Бег с заданным темпом и скоростью. Бег на скорость в заданном коридоре. Бег на скорость ( <i>30 м</i> ), ( <i>60 м</i> ). Старты из различных и.п. Встречная эстафета. Круговая эстафета. Кросс ( <i>1 км</i> ) по пересеченной местности. Игры «Смена сторон», «Кот и мыши», «Невод», «Салки на марше», «Охотники и зайцы», «Наступление», «Конники-спортсмены», «Бездомный заяц», «День и ночь», «На буксире», «Через кочки и пенечки».  <b>Прыжковые упражнения (7ч)</b>  Прыжки в длину по заданным ориентирам. Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега на точность приземления. Многоскоки. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Прыжок в высоту с прямого разбега из зоны отталкивания. Тройной прыжок с места.	27	

	<p>Игры «Зайцы в огороде», «Волк во рву», «Шишки, желуди, орехи», «Прыжок за прыжком».</p> <p><b><i>Броски большого, метания малого мяча (6ч)</i></b></p> <p>Бросок теннисного мяча на дальность, на точность и на заданное расстояние.</p> <p>Бросок в цель с расстояния 4-5 метров.</p> <p>Бросок мяча в горизонтальную цель.</p> <p>Бросок мяча на дальность. Игра</p> <p>Бросок набивного мяча.</p> <p>Игры «Невод», Игра «Третий лишний», «Охотники и утки», «Прыжок за прыжком», «Гуси-лебеди».</p>		
3.	<p><b><i>Подвижные и спортивные игры</i></b></p> <p><b><i>Подвижные игры (8 ч)</i></b></p> <p>Игры «Космонавты», «Разведчики и часовые», «Белые медведи», «Прыжки по полосам», «Волк во рву», «Прыгуны и пятнашки», «Заяц, сторож, Жучка», «Удочка», «Зайцы в огороде», «Мышеловка», «Невод», «Эстафета зверей», «Метко в цель», «Кузнечики», «Парашютисты».</p> <p>Эстафеты с предметами.</p> <p><b><i>Подвижные игры на основе баскетбола (12ч)</i></b></p> <p>Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении.</p> <p>Ведение мяча на месте с высоким, средним, низким отскоком</p> <p>Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте</p> <p>Ловля и передача мяча в кругу . в квадрате..</p> <p>Броски мяча в кольцо двумя руками от груди.</p> <p>Игра в мини-баскетбол</p> <p>Тактические действия в защите и нападении.</p> <p>Эстафеты с ведением и передачами мяча.</p> <p>Игры «Гонка мячей по кругу», «Подвижная цель», «Овладей мячом», «Снайперы», «Перестрелка».</p> <p><b><i>Подвижные игры на основе волейбола (12 ч)</i></b></p> <p>Перемещения ходьбой и бегом, с остановками скачком по сигналу после ходьбы и бега. Перемещения приставными шагами правым и левым боком.</p> <p>По сигналу принятие стойки волейболиста, имитация передачи мяча</p> <p>Броски набивного мяча и ловля его в положении «сверху».</p> <p>Передача мяча, подброшенного над собой и партнером</p>	39	

	<p>Передача в парах. Прием снизу двумя руками. Мяч набрасывает партнер. Передачи у стены многократно с ударом о стену. Передача мяча, наброшенного партнером через сетку Передачи мяча разными способами во встречных колоннах. Ознакомление с техникой нижней прямой подачи. Нижняя прямая подача в стену. Нижняя прямая подача в стену и через сетку с расстояния 5м Передачи в парах через сетку. Упражнения в перемещениях, передачи и подачи мяча Игры «Пионербол», «Мяч в воздухе», «Передал-садись». Игра мини-волейбол.</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Подвижные игры на основе футбола (7 ч)</i></b></p> <p>Ходьба и бег с остановками по сигналу. Бег с ускорениями по сигналу. Ведение мяча носком ноги и внутренней частью подъема стопы. Ведение мяча с ускорением по кругу, между стоек. Челночный бег. Удар с места и небольшого разбега по неподвижному мячу внутренней стороной стопы. Удар с разбега по катящемуся мячу. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Тактические действия в защите. Игра Мини-футбол</p>		
4.	<p><b>Гимнастика с основами акробатики</b></p> <p style="text-align: center;"><b><i>Акробатические упражнения (6ч)</i></b></p> <p>Перекаты в группировке. Кувырок вперед 2-3 кувырка вперед слитно. Стойка на лопатках. Из стойки на лопатках согнув ноги переход в упор присев. Мост из положения лежа Кувырок назад. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины и брюшного пресса. Выполнение ранее изученных гимнастических элементов по отдельности и в комбинации. Игры «Что изменилось?», «Точный поворот», «Запрещенное движение», «Быстро по местам», «Ползуны», «Западня».</p> <p style="text-align: center;"><b><i>Снарядная гимнастика (7ч)</i></b></p> <p>Вис завесом, вис на согнутых руках, согнув ноги.</p>	20	

	<p>Вис прогнувшись, поднимание ног в висе. Подтягивания в висе. Лазание по канату в три приема. Перелезание через препятствие. Опорный прыжок в упор на коленях, сосок со взмахом рук. Опорный прыжок с разбега ноги врозь через гимнастического козла. Ходьба по бревну большими шагами и выпадами, на носках. Ходьба танцевальными шагами по бревну (<i>высота до 1 м</i>). Повороты, подскоки со сменой ног, сосок с опорой. Комбинация на бревне. Эстафеты. Игры «Посадка картофеля», «Не ошибись!», «Три движения», «Прокати быстрее мяч», «Лисы и куры», «Веревочка под ногами», «Обезьянки», «Ниточка-иголочка».</p> <p><b><i>Гимнастические упражнения прикладного характера (7ч)</i></b></p> <p>Прыжки на скакалке на 1, 2 ногах, с продвижением вперед Передвижения шагом, бегом, прыжками в различных направлениях по сигналу. Переноска партнера в парах. Прыжки группами на длинной скакалке. Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре присев, в упоре лежа, подтягиваясь руками Перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки. Гимнастическая полоса препятствий. Сюжетно-ролевая игра «Мы туристы». Игры «Аисты», «Резиночка», «Медсанбат».</p>			
<b>5.</b>	<b>Лыжные гонки</b>	<i>Передвижения на лыжах: одновременный одношажный ход; чередование изученных ходов во время передвижения по дистанции.</i>	12	
	<b>Итого:</b>		102	

# Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

## 1 класс

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты		
		личностные	предметные	метапредметные
1.	Знания о физической культуре	<ul style="list-style-type: none"> <li>формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;</li> </ul>	<p><b>Ученик научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>о связи занятий физическими упражнениями с укреплением здоровья и повышением физической подготовленности;</li> <li>о способах изменения направления и скорости движения;</li> <li>о режиме дня и личной гигиене;</li> <li>о правилах составления комплексов утренней зарядки;</li> <li>уметь:</li> <li>выполнять комплексы упражнений, направленные на формирование правильной осанки;</li> <li>выполнять комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток;</li> <li>играть в подвижные игры;</li> <li>выполнять передвижения в ходьбе, беге, прыжках разными способами;</li> <li>выполнять строевые упражнения;</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено учащимся, и того, что ещё неизвестно. <i>планирование определение последовательности промежуточных</i></li> <li>целей с учётом конечного результата; <i>составление плана и последовательности действий;</i></li> <li><i>контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения</i></li> <li>выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения</li> <li>планирование общей цели и пути её достижения; <i>распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов.</i></li> </ul>
2.	Гимнастика с основами акробатики	<ul style="list-style-type: none"> <li>формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;</li> </ul>		
3.	Легкая атлетика	<ul style="list-style-type: none"> <li>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;</li> </ul>		
4.	Спортивные игры	<ul style="list-style-type: none"> <li>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</li> </ul>	<p><b>Ученик получит возможность научиться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего отдыха и досуга;</li> <li>излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;</li> <li>использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;</li> <li>измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;</li> <li>оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;</li> <li>организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;</li> <li>соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;</li> <li>организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и</li> </ul>	
5.	Лыжные гонки	<ul style="list-style-type: none"> <li>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</li> </ul>		<p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>формирования мотивов достижения и социального признания;</li> <li>-мотива, реализующего потребность в социально</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</li> <li>• развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;</li> <li>• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;</li> <li>характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;</li> <li>выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;</li> <li>выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.</li> </ul>	<p>значимой и социально оцениваемой деятельности. Ученик должен задаваться вопросом: Какое значение и какой смысл имеет для меня учение? – и уметь на него отвечать.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;</li> <li>способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности</li> <li>формирования мотивов достижения и социального признания.</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.</li> <li>ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности.</li> <li>управление поведением партнёра контроль, коррекция, оценка его действий;</li> <li>планирование учебного сотрудничества с учителем и</li> </ul>
Итого:			99

## 2 класс

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты		
		личностные	предметные	метапредметные
1.	Знания о физической культуре	<ul style="list-style-type: none"> <li>развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</li> </ul>	<p><b>Ученик научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>иметь представление:</li> <li>о зарождении древних Олимпийских игр;</li> <li>о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;</li> <li>о правилах проведения закаливающих процедур;</li> <li>об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;</li> <li>уметь:</li> <li>определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);</li> <li>вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;</li> <li>выполнять закаливающие водные процедуры (обтирание);</li> <li>выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки;</li> <li>выполнять комплексы упражнений для развития точности метания малого мяча;</li> <li>выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;</li> <li>формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;</li> <li>формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</li> </ul>
2.	Гимнастика с основами акробатики			
3.	Легкая атлетика			
4.	Спортивные игры			
5.	Лыжные гонки			<p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>выделять и формулировать познавательные задачи</li> <li>овладевают знаниями об игре и развивают психомоторные способности</li> <li>оценивать правильность выполнения учебных задач</li> <li>самостоятельно выделять и</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>народов;</li> <li>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;</li> <li>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</li> <li>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>отдыха и досуга;</li> <li>излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизни человека;</li> <li>использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;</li> <li>измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;</li> <li>оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;</li> <li>организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;</li> <li>соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;</li> </ul>	<p>формулировать учебные задачи</p> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения;</li> <li>строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;</li> <li>организовывать учебное взаимодействие в группе; <ul style="list-style-type: none"> <li>умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;</li> </ul> </li> </ul>
<b>Итого:</b>			102

### 3 класс

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты		
		личностные	предметные	метапредметные
1.	<b>Знания о физической культуре</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;</li> </ul>	<p><b>Ученик научится:</b></p> <p>иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>о физической культуре и ее содержании у народов Древней Руси;</li> <li>о символике и ритуале проведения Олимпийских игр</li> <li>о разновидностях физических упражнений: общеразвивающих, подводящих и соревновательных;</li> <li>об особенностях игры в футбол, баскетбол, волейбол;</li> <li>уметь:</li> <li>составлять и выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие силы, быстроты, гибкости и координации;</li> <li>выполнять комплексы общеразвивающих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры в футбол, баскетбол и волейбол;</li> <li>проводить закаливающие процедуры (обливание под душем);</li> <li>составлять правила элементарных соревнований, выявлять лучшие результаты в развитии силы, быстроты и координации в процессе соревнований;</li> <li>вести наблюдения за показателями частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений;</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;</li> <li>выбирают действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</li> <li>определяют общую цель и пути ее достижения; прогнозирование - предвосхищают результат.</li> <li>овладеваюят техникой защиты и закрепляют технику броска мяча сверху в опорном положении, корректируют свои действия.</li> <li>сдают тесты для контроля за физической подготовкой</li> <li>проводят самостоятельно эстафеты</li> </ul>
2.	<b>Гимнастика с основами акробатики</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;</li> <li>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;</li> <li>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</li> <li>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</li> <li>развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-</li> </ul>	<p><b>Ученик получит возможность научиться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;</li> <li>соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;</li> <li>организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;</li> <li>характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;</li> <li>выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;</li> <li>выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий.</li> <li>работают в группах по подготовке рефератов</li> <li>описывают технику изучаемых игровых приемов, осваивают теорию самостоятельно.</li> <li>овладевают знаниями об игре и развивают психомоторные способности</li> </ul>
3.	<b>Легкая атлетика</b>			
4.	<b>Спортивные игры</b>			
5.	<b>Лыжные гонки</b>			

	<p>нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;</li> <li>• формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;</li> </ul>	<p>использовать средства физической культуры в проведении своего</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• описывают технику акробатических упражнений, составляют акробатические комбинации из числа изученных упражнений</li> <li>• самостоятельно находят информацию о значении гимнастических упражнений</li> </ul> <p><b><u>Коммуникативные:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог</li> <li>• взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий</li> <li>• Осуществлять продуктивные взаимодействия между сверстниками и педагогом</li> </ul>
<b>Итого:</b>			102

## 4 класс

№	Название раздела (темы)	Планируемые результаты		
		личностные	предметные	метапредметные
1.	Знания о физической культуре	<ul style="list-style-type: none"> <li>развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</li> </ul>	<p><b>Ученик научится:</b></p> <p>знать и иметь представление:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>о роли и значении занятий физическими упражнениями в подготовке солдат в русской армии;</li> <li>о влиянии современного олимпийского движения на развитие физической культуры и спорта в России, крае.</li> </ul>	<p><b>Регулятивные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>постановка учебной задачи на основе того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что <i>ещё неизвестно</i>. <i>планирование определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий;</i></li> <li>выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения</li> <li>планирование общей цели и пути её достижения; распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов.</li> </ul>
2.	Гимнастика с основами акробатики			
3.	Легкая атлетика			
4.	Спортивные игры			
5.	Лыжные гонки	<ul style="list-style-type: none"> <li>развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;</li> <li>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;</li> <li>формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;</li> <li>формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других</li> </ul>	<p><b>Ученик получит возможность научиться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>использовать физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности человека;</li> <li>измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длины и массы тела) и развития основных физических качеств;</li> <li>оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, проявлять доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;</li> <li>организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементарные соревнования, осуществлять их объективное судейство;</li> <li>соблюдать требования техники безопасности к местам проведения занятий физической культурой;</li> <li>организовывать и проводить занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;</li> </ul>	<p><b>Познавательные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>формирования мотивов достижения и социального признания;</li> <li>-мотива, реализующего потребность в социально значимой и социально оцениваемой деятельности. Ученик должен задаваться вопросом: Какое значение и какой смысл имеет для меня учение? – и уметь на него отвечать.</li> <li>учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;</li> <li>ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>народов;</li> <li>развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;</li> <li>развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;</li> <li>формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса;</li> <li>выполнять простейшие акробатические и гимнастические комбинации на высоком качественном уровне;</li> <li>выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;</li> <li>выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных условиях.</li> <li>планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, использовать средства физической культуры в проведении своего</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>самоконтроль результата;</li> <li>способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности</li> <li>развития познавательных интересов, учебных мотивов;</li> <li>формирования мотивов достижения и социального признания.</li> </ul> <p><b>Коммуникативные:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.</li> <li>Ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата; способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности.</li> <li>управление поведением партнёра контроль, коррекция, оценка его действий;</li> <li>планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия.</li> </ul>
<b>Итого:</b>			102