

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с. Окунево»

РАССМОТРЕНО
на методическом
совете школы
протокол № 1
от 31.08.2020 г.

СОГЛАСОВАНО
Заведующий филиалом
Уктузская СОШ
В.И.Солодовников
31.08.2020 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
Н.П.Кукушкина
31.08.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
ДЛЯ 3 КЛАССА
НА 2020/2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

(Рабочая программа для 1-4 классов. УМК «Начальная школа 21 века».
Т.В.Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С.Петров - М.: Вентана-
Граф, 2017.- 48с.

Физическая культура: Учебник для 3 класса
Т.В.Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С.Петров
Москва: Вентана – Граф.
Рекомендовано Министерством образования и науки РФ)

102 часа в год, 3 часа в неделю

Разработчик программы
учитель начальных классов
Гаврилова И.М.
педагогический стаж 31 год
высшая квалификационная категория

2020 год

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступки), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются:

Ученик научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.
- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой.
- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (низкие перекладина и брусья, напольное гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом "Готов к труду и обороне" (ГТО). Приказ от 29.12.2014г. № 1643 Министерства образования и науки по ВФСК ГТО.

Ученик получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.
- вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.
- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и перестрелку по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять, передвижения на лыжах (для снежных регионов России).

Выпускник должен соответствовать уровню физической подготовленности учащихся 1-4 классов соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

1. Содержание учебного предмета.

3 класс: 102 часа (из расчёта 3 часа в неделю)

Раздел 1. Знания о физической культуре (6 часов)

Физическая культура

Из истории физической культуры

Физические упражнения

Содержание раздела отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико - биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого - педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко - социологические основы деятельности).

Понятие о физической культуре. Зарождение и развитие физической культуры. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью. Физическая культура народов разных стран. История физической культуры в России. Связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями страны. Олимпийские игры. История появления Олимпийских игр. Возрождение Олимпийских игр. Важнейшие символы Олимпийских игр.

Внешнее строение тела человека. Опорно-двигательная система человека (общая характеристика, скелет и мышцы человека, суставы, сухожилия). Осанка человека. Стопа человека. Предупреждение травматизма во время занятий физическими упражнениями. Дыхательная система человека. Профилактика заболеваний органов дыхания.

Подбор одежды, обуви и инвентаря для занятий физическими упражнениями.

Терминология гимнастических упражнений.

Способы передвижения человека. Основные двигательные качества человека (выносливость, сила, быстрота, гибкость, ловкость).

Раздел 2. Способы физкультурной деятельности (2 часа)

Самостоятельные занятия. 1 час

Организация здорового образа жизни: правильный режим дня (соблюдение, планирование). Здоровое питание. Утренняя гигиеническая гимнастика. Физкультминутки. Закаливание. Массаж. Правила личной гигиены. Профилактика нарушений зрения.

Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью. 1 час

Простейшие навыки контроля самочувствия. Измерение сердечного пульса (частоты сердечных сокращений). Измерение длины и массы тела. Оценка состояния дыхательной системы. Оценка правильности осанки. Оценка основных двигательных качеств.

Самостоятельные игры и развлечения (в процессе уроков)

Раздел 3. Физическое совершенствование (2 часа)

Физкультурно – оздоровительная деятельность

Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики, физкультминуток, профилактики нарушений осанки, профилактики плоскостопия. Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств. Тренировка дыхания. Упражнения для снятия утомления глаз и профилактики нарушений зрения. Упражнения для расслабления мышц. Упражнения для успокоения (психорегуляции).

Раздел 4. Спортивно-оздоровительная деятельность (44 часа)

Гимнастика с основами акробатики. (16 часов)

Организуемые команды и приёмы.

Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд.

Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост.

Акробатические комбинации. Например: 1) мост из положения лёжа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лёжа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев; 2) кувырок вперёд в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперёд.

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи.

Гимнастическая комбинация. Например, из вися 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 вперёд ноги.

Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.

Гимнастические упражнения прикладного характера.

Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Общеразвивающие упражнения

На материале гимнастики с основами акробатики

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающих висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию с асимметричными и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа ласточка на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.

Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опорой на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы); комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и с увеличивающимся отягощением; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в вися стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках (с продвижением вперёд поочередно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх – вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.

Лёгкая атлетика (16 часов)

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и

запрыгивание. *Броски:* большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Общеразвивающие упражнения

На материале лёгкой атлетики

Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочередно.

Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.

Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в

режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.

Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см);

передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1–2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.

Лыжные гонки. (12 часов)

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

На материале лыжных гонок

Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки);

комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух - трёх шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.

Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.

- тестирование;

- практическое выполнение.

Раздел 5. Подвижные и спортивные игры (17 часов)

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр:

Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола. Народные подвижные игры разных народов.

Приказ от 29. 12 2014г. № 1643 Министерства образования и науки по ВФСК ГТО.

2. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

<i>№п/п</i>	<i>Тема урока</i>	<i>Дата проведения</i>
Раздел 1. Знания о физической культуре (6 часов).		
1.	Вводный инструктаж по технике безопасности. Связь физической культуры с профессионально-трудовой и военной деятельностью.	01.09
2.	Инструктаж по технике безопасности. История физической культуры в Европе в средние века. Связь физической культуры с военной деятельностью.	02.09
3.	Физическая культура народов разных стран.	03.09
4.	Физическая культура народов разных стран.	08.09
5.	Обувь и инвентарь для занятий физическими упражнениями.	09.09
6.	Основные двигательные качества человека.	10.09
Раздел 2. Организация здорового образа жизни (3 часа).		

7.	Правильное питание.	15.09
8.	Правильное питание.	16.09
9.	Правила личной гигиены.	17.09
Раздел 3. Наблюдение за физическим развитием и физической подготовленностью. (3 часа).		
10.	Измерение длины и массы тела.	22.09
11.	Измерение длины и массы тела.	23.09
12.	Оценка основных двигательных качеств.	24.09
Раздел 4. Физкультурно-оздоровительная деятельность (6 часов).		
13.	Физические упражнения для утренней гигиенической гимнастики.	29.09
14.	Физические упражнения для физкультминуток.	30.09
15.	Физические упражнения для профилактики нарушений осанки.	01.10
16.	Упражнения для профилактики нарушений зрения.	06.10
17.	Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств.	07.10
18.	Комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств.	08.10
Раздел 5. Спортивно-оздоровительная деятельность. (84 часа).		
<i>Легкая атлетика (29 часов).</i>		
19.	Занимаемся бегом. Как нужно правильно бежать.	13.10
20.	Беговые упражнения на короткие дистанции.	14.10
21.	Беговые упражнения на короткие дистанции.	15.10
22.	Бег на короткие дистанции (10 м).	20.10
23.	Бег с равномерной скоростью.	21.10
24.	Бег на короткие дистанции (60 м).	22.10
25.	Бег с изменением направления.	10.11
26.	Бег на выносливость (1 км).	11.11
27.	Бег с высоким подниманием бедра.	12.11
28.	Высокий, низкий старт.	17.11
29.	Бег с ускорением.	18.11
30.	Бег с равномерной скоростью.	19.11
31.	Челночный бег (3*10 м).	24.11
32.	Метание малого мяча. Способы держания мяча.	25.11
33.	Метание малого мяча на дальность.	26.11
34.	Метание малого мяча. Фазы метания мяча.	01.12

35.	Метание малого мяча на дальность.	02.12
36.	Прыгаем. Прыжковые упражнения.	03.12
37.	Прыжок в длину с места. Способы безопасного поведения на уроке.	08.12
38.	Освоение техники прыжка в длину с места.	09.12
39.	Прыжки в длину с места.	10.12
40.	Освоение техники прыжка в высоту способом «перешагивания».	15.12
41.	Прыжок в высоту способом «перешагивания».	16.12
42.	Прыжок в высоту способом «перешагивания».	17.12
43.	Развитие силы. Подтягивание.	22.12
44.	Развитие силы. Подтягивание.	23.12
45.	Метание набивного мяча.	24.12
46.	Метание набивного мяча.	12.01
47.	Эстафетные игры (с элементами бега, прыжков, метания).	13.01
<i>Гимнастика с основами акробатики (27 часов).</i>		
48.	Техника безопасности при занятиях акробатическими упражнениями. Акробатические упражнения.	14.01
49.	Строевые упражнения и приемы (построение в одну шеренгу и в колонну, в две шеренги и колонны).	19.01
50.	Строевые упражнения и приемы (построение в одну шеренгу и в колонну, в две шеренги и колонны).	20.01
51.	Строевые упражнения.	21.01
52.	Строевые упражнения	26.01
53.	Лазанье по гимнастической стенке разными способами.	27.01
54.	Лазанье по гимнастической стенке разными способами.	28.01
55.	Строевые упражнения (перестроение из одной шеренги в две; выполнение команд). Акробатическая комбинация.	02.02
56.	Строевые упражнения (перестроение из одной шеренги в две; выполнение команд). Акробатическая комбинация.	03.02.
57.	Лазанье по гимнастической стенке разными способами (вправо и влево приставными шагами, по диагонали, вверх и вниз через 1-2 перекладины).	04.02
58.	Лазанье по гимнастической стенке разными способами (вправо и влево приставными шагами, по диагонали, вверх и вниз через 1-2 перекладины).	09.02
59.	Ползание по–пластунски.	10.02
60.	Ползание по–пластунски.	11.02
61.	Кувырок вперед.	16.02

62.	Перекат назад. Стойка на лопатках.	17.02
63.	Гимнастические снаряды. Упражнения с гимнастической палкой.	18.02
64.	Гимнастические снаряды. Упражнения с гимнастической палкой.	23.02
65.	Опорный прыжок, лазанье, упражнения в равновесии.	24.04
66.	Опорный прыжок, лазанье, упражнения в равновесии.	25.02
67.	Опорный прыжок, лазанье, упражнения в равновесии.	02.03
68.	Опорный прыжок, лазанье, упражнения в равновесии.	03.03
69.	Упражнения в висе, в упоре.	04.0309.03
70.	Упражнения в висе, в упоре.	10.03
71.	Упражнения в висе, в упоре.	11.03
72.	Упражнения в висе, в упоре.	16.03
73.	Полоса препятствий. Отжимания.	17.03
74.	Полоса препятствий. Отжимания.	18.03
<i>Подвижные и спортивные игры (28 часов).</i>		
75.	Ловля и передача мяча на месте. Игры «Пятнашки», «Гонка мячей по кругу».	23.03
76.	Ловля и передача мяча на месте. Игра «Не давай мяч водящему».	24.03
77.	Ведение мяча на месте. Игра «Пятнашки».	25.03
78.	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Подвижная цель».	06.04
79.	Ведение мяча. Встречная эстафета с мячом.	07.04
80.	Бросок мяча в щит. Игра «Мяч соседу».	08.04
81.	Бросок мяча в кольцо. Эстафета «Передача мяча в колоннах».	13.04
82.	Бросок мяча в кольцо. Игра с элементами баскетбола «Два капитана».	14.04
83.	Ловля и передача мяча на месте. Игра «Перестрелка».	15.04
84.	Элементы футбола (удары по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча).	20.04
85.	Ловля и передача мяча на месте. Игра «Не давай мяч водящему».	21.04
86.	Бросок мяча в кольцо. Игра с элементами баскетбола «Два капитана».	22.04
87.	Бросок мяча в щит. Игра «Мяч соседу».	27.04
88.	Ведение мяча с изменением направления. Игра «Подвижная цель».	28.04
89.	Ловля и передача мяча на месте.	29.04
90.	Упражнение «Догони мяч». Игра «Перестрелка».	04.05
91.	Эстафета «Передача мяча в колоннах».	05.05
92.	Бросок мяча в парах, в стену, в щит. Игра «Мяч соседу».	06.05

93.	ОРУ в движении. Игры: «Пустое место», «Белые медведи». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	11.05
94.	ОРУ. Игры «Прыжки по полосам», «Волк во рву». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	12.05
95.	Ловля и передача мяча в движении. Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом.	13.05
96.	Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Передал-садись». Развитие координационных способностей.	18.05
97.	Ловля и передача мяча на месте в треугольниках, квадратах.	19.05
98.	Ведение на месте правой и левой рукой, в движении шагом и бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу».	20.05
99.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди.	25.05
100.	ОРУ. Игра «Мяч ловцу». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	26.05
101.	Ловля и передача мяча в движении в треугольниках, квадратах. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками от груди. Игра «Кто быстрее».	27.05
102.	Подвижные игры с прыжками и бегом. Эстафетные игры.	

Аннотация к рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура» для 3 класса

2020-2021 учебный год

Программа учебного предмета «Физическая культура» разработана в соответствии с основными положениями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования 2009 г., требованиями Примерной основной образовательной программы ОУ и ориентирована на работу по учебно-методическому комплексу, рекомендованному Министерством образования и науки РФ и соответствующему ФОГС НОО:

1. Физическая культура: 3-4 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений/ Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров – М.: Вентана-Граф, 2017г.-112с.- (Начальная школа 21 века)
2. Физическая культура: программа 1-4 классы /Т.В.Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В. Полянская, С.С.Петров - М.: Вентана-Граф, 2017.- 48с.
3. Физическая культура: тематическое планирование 1-4 классы/ Т.В. Петрова, Ю.А. Копылов, Н.В.Полянская, С.С.Петров – М.: Вентана-Граф, 2017г.

4. Приказ от 29. 12 2014г. № 1643 Министерства образования и науки по ВФСК ГТО.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учётом этих особенностей **целью** примерной программы по физической культуре является:

формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных

задач:

- *укрепление* здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- *совершенствование* жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям и техническим действиям из базовых видов спорта;
- *формирование* общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- *развитие* интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;
- *обучение* простейшим способам контроля за физической нагрузкой, отдельными показателями физического развития и физической подготовленности.

Базовым результатом образования в области физической культуры 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».

Место предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану МАОУ СОШ с. Окунево всего на изучение физической культуры в начальной школе выделяется 102 часа (3 ч в неделю, 34 учебных недели).