Администрация города Пскова

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

**“Средняя общеобразовательная школа № 13”**

|  |  |
| --- | --- |
| Принято:  печать-подпись.JPGэкспертная комиссия  подпись ПоЕО.pngпредседатель  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Покидова Е. О.  (подпись)  Протокол №1 от 30.08.2016 | Утверждаю  директор школы  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Белякова И. В.  (подпись)  Приказ № 350 от 30.08.2016 |

Рабочая программа

по физической культуре

Класс: 3 общеобразовательный

Учитель: *Павлова Галина Витольдовна*

Категория: высшая

Разработала:Павлова Г.В.

ООП НОО

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 13» г.Пскова

2016-2017

**Аннотация**

Предметом обучения в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью реализуются следующие **цели**: укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств,

- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям,

- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья,

- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга;

- обучение простейшим способам контроля за физической нагрузкой.

СОДЕРЖАНИЕ.

1.Содержание учебного предмета, курса.

2.Планируемые результаты обучения.

3.Календарно-тематическое планирование.

**Общая характеристика учебного предмета**

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

*Универсальными к*омпетенциями учащихся на этапе начального образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели,

- 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. **Место учебного предмета в учебном плане.**

На изучение физической культуры в 3 классе отводится 33 ч (1 ч в неделю, 33 учебные недели).

**Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.**

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

**Содержание курса.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Тема раздела** | **Кол-во часов** | **Планируемые результаты** | | **Корректировка** |
| ***Универсальные учебные действия*** | ***Предметные знания*** |  |
| 1 | **Игровые упражнения** | 33 | **Личностные:**  внутренняя позиция школьника;  учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу;  ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности: самоанализ и самоконтроль результата;  способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;  **Регулятивные:**  планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;  оценивать правильность выполнения действия;  адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;  вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок.  **Коммуникативные:**  допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;  формулировать собственное мнение и позицию;  договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения  интересов; строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;  контролировать действия партнёра;  использовать речь для регуляции своего действия. | Уметь выполнять все изученные команды на построения и перестроения, основные положения и движения руками, ногами, туловищем, головой. Знать и уметь выполнять комплекс утренней гимнастики. |  |
|  |  |  |  | |  |
|  |  |  |  |  |  |

**Результаты изучения учебного предмета.**

*Личностными р*езультатами 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 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 р*езультатами являются следующие умения:

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

- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятия физической культурой,

- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий,

- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;

- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях,

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами,

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность,

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

*Предметными* результатами являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры,

- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития,

- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований,

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

- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Календарно-тематическое планирование по физической культуре 3 класс (33 час) | | |
| 1 |  | Вводный урок. Чем мы будем заниматься. Наблюдения в природе. Подвижные игры. |
| 2 |  | На улице. Эстафеты с мячом. Подвижная игра «Третий лишний». |
| 3 |  | О.Р.У. Прыгаем через короткую скакалку. Подвижная игра «У медведя во бору». |
| 4 |  | О.Р.У. Спортивные игры и развлечения. |
| 5 |  | О.Р.У. Упражнения в равновесии. Эстафеты со скакалкой. Подвижные игры. |
| 6 |  | Метание в цель. Различные виды ходьбы. Подвижная игра «Кошки-мышки» |
| 7 |  | О.Р.У. Прыжки с продвижением вперёд. Эстафеты с мячом. Подвижная игра «Третий лишний». |
| 8 |  | О.Р.У. Урок спортивных игр и развлечений. |
| 9 |  | О.Р.У. Прыжки через скакалку с продвижением вперёд. Передача и ловля мяча. |
| 10 |  | О.Р.У. Упражнения в равновесии Метание в цель. Беговая эстафета. |
| 11 |  | О.Р.У. Спортивные игры и развлечения. |
| 12 |  | О.Р.У. Беседа об инфекционных заболеваниях. Подвижная игра «Мышеловка». |
| 13 |  | О.Р.У. Эстафета с мячом. Спрыгивание с предмета. Подвижная игра «Зайцы и волки». |
| 14 |  | О.Р.У. Различные виды ходьбы. Упражнения в равновесии. Подвижная игра «Третий лишний». |
| 15 |  | Спортивные игры . |
| 16 |  | Строй. ОРУ в движении. Стойка и перешагивание с мячом |
| 17 |  | Подвижные игры на улице.. Беседа. Как надо действовать при обморожении. |
| 18 |  | Катаемся с горки. Беседа. Почему нельзя есть снег. |
| 19 |  | Беседа. Осторожно, гололёд. Скольжение по ледяной дорожке. Метание снежков. |
| 20 |  | Катаемся с горки. Метание снежков. |
| 21 |  | О.Р.У. Эстафета с мячом. Прыжки с продвижением вперёд. Подвижная игра «Зайцы и волки». Подвижные игры и развлечения. |
| 22 |  | Разучивание оздоровительного комплекса. О.Р.У. со скакалкой. |
| 23 |  | Прыжки с продвижением вперёд. Подвижная игра «Наседка и курица». |
| 24 |  | О.Р.У. Лазание по гимназической скамейке. Подвижная игра «Жмурки». |
| 25 |  | Спортивный праздник. Соревнование между 2 «А» и 2 «Б». |
| 26 |  | О.Р.У. Подвижная игра «День и ночь». |
| 27 |  | О.Р.У. Прыжки через короткую скакалку на месте. Эстафета с различными видами прыжков |
| 28 |  | На улице. Упражнения на осанку. Игра с мячом. |
| 29 |  | Спортивные игры и развлечения. |
| 30 |  | Метание мячей в цель. Ловля и передача мяча. Подвижная игра «Волк во рву». |
| 31 |  | О.Р.У. Эстафета (Бег. Виды бега.) Беседа о безопасности во время игр. Подвижная игра «Кто быстрее до флажка». |
| 32 |  | Лазание по бревну и через бревно. Отжимание. Игра «Третий лишний». |
| 33 |  | Туристический поход. Спортивные игр и развлечения. |