**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌****Министерство образования Тверской области ‌‌**

**‌****Торопецкий район‌**​

**МБОУ ТР Поженская СОШ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Председатель педагогического совета  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Е.Е.Васильева  Протокол № 12 от «30» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Н.П.Матросова  Протокол № 12 от «30» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор МБОУ ТР Поженская СОШ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Н.Н.Салоп  Приказ № 94 от «30» августа 2023 г. |

‌

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 2961050)

**учебного предмета «Физическая культура» (Вариант 2)**

для обучающихся 1 – 4 классов

**Пожня‌** **2023‌**

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Данная рабочая программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе требований к результатам освоения программы начального общего образования ФГОС НОО, а также ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре разработана с учётом потребности современного российского общества в физически крепком и деятельном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для саморазвития, самоопределения и самореализации.

В программе по физической культуре отражены объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей обучающихся, педагогических работников на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Физическая культура» имеет важное значение в онтогенезе обучающихся. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение обучающихся в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре на уровне начального общего образования является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья обучающихся, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Физическая культура» заключается в формировании у обучающихся необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, коррекционной, дыхательной и зрительной гимнастикой, проведения физкультминуток и утренней зарядки, закаливающих процедур, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории и традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования являются базовые положения личностно-деятельностного подхода, ориентирующие педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению обучающимися двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Физическая культура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета и подготовки обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру программы по физической культуре в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы обучающихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» обеспечивается программами по видам спорта, которые могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов обучающихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

‌Общее число часов для изучения физической культуры на уровне начального общего образования составляет – 405 часов: в 1 классе – 99 часов (3 часа в неделю), во 2 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 3 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 4 классе – 102 часа (3 часа в неделю).‌‌

​СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

1 КЛАСС

*Знания о физической культуре*

Понятие «физическая культура» как занятия физическими упражнениями и спортом по укреплению здоровья, физическому развитию и физической подготовке. Связь физических упражнений с движениями животных и трудовыми действиями древних людей.

*Способы самостоятельной деятельности*

Режим дня и правила его составления и соблюдения.

*Физическое совершенствование*

*Оздоровительная физическая культура*

Гигиена человека и требования к проведению гигиенических процедур. Осанка и комплексы упражнений для правильного её развития. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура*

Правила поведения на уроках физической культуры, подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.

Гимнастика с основами акробатики

Исходные положения в физических упражнениях: стойки, упоры, седы, положения лёжа. Строевые упражнения: построение и перестроение в одну и две шеренги, стоя на месте, повороты направо и налево, передвижение в колонне по одному с равномерной скоростью.

Гимнастические упражнения: стилизованные способы передвижения ходьбой и бегом, упражнения с гимнастическим мячом и гимнастической скакалкой, стилизованные гимнастические прыжки.

Акробатические упражнения: подъём туловища из положения лёжа на спине и животе, подъём ног из положения лёжа на животе, сгибание рук в положении упор лёжа, прыжки в группировке, толчком двумя ногами,

Лёгкая атлетика

Равномерная ходьба и равномерный бег. Прыжки в длину и высоту с места толчком двумя ногами, в высоту с прямого разбега.

Подвижные и спортивные игры

Считалки для самостоятельной организации подвижных игр.

*Прикладно-ориентированная физическая культура*

Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

2 КЛАСС

*Знания о физической культуре*

Из истории возникновения физических упражнений и первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр древности.

*Способы самостоятельной деятельности*

Физическое развитие и его измерение. Физические качества человека: сила, быстрота, выносливость, гибкость, координация и способы их измерения. Составление дневника наблюдений по физической культуре.

*Физическое совершенствование*

*Оздоровительная физическая культура*

Закаливание организма обтиранием. Составление комплекса утренней зарядки и физкультминутки для занятий в домашних условиях.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура*

Гимнастика с основами акробатики

Правила поведения на занятиях гимнастикой и акробатикой. Строевые команды в построении и перестроении в одну шеренгу и колонну по одному; при поворотах направо и налево, стоя на месте и в движении. Передвижение в колонне по одному с равномерной и изменяющейся скоростью движения.

Упражнения разминки перед выполнением гимнастических упражнений. Прыжки со скакалкой на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге на месте. Упражнения с гимнастическим мячом: подбрасывание, перекаты и наклоны с мячом в руках. Танцевальный хороводный шаг, танец галоп.

Лёгкая атлетика

Правила поведения на занятиях лёгкой атлетикой. Броски малого мяча в неподвижную мишень разными способами из положения стоя, сидя и лёжа. Разнообразные сложно-координированные прыжки толчком одной ногой и двумя ногами с места, в движении в разных направлениях, с разной амплитудой и траекторией полёта. Прыжок в высоту с прямого разбега. Ходьба по гимнастической скамейке с изменением скорости и направления движения. Беговые сложно-координационные упражнения: ускорения из разных исходных положений, змейкой, по кругу, обеганием предметов, с преодолением небольших препятствий.

Подвижные игры

Подвижные игры с техническими приёмами спортивных игр (баскетбол, футбол).

*Прикладно-ориентированная физическая культура*

Подготовка к соревнованиям по комплексу ГТО. Развитие основных физических качеств средствами подвижных и спортивных игр.

3 КЛАСС

*Знания о физической культуре*

Из истории развития физической культуры у древних народов, населявших территорию России. История появления современного спорта.

*Способы самостоятельной деятельности*

Виды физических упражнений, используемых на уроках физической культуры: общеразвивающие, подготовительные, соревновательные, их отличительные признаки и предназначение. Способы измерения пульса на занятиях физической культурой (наложение руки под грудь). Дозировка нагрузки при развитии физических качеств на уроках физической культуры. Дозирование физических упражнений для комплексов физкультминутки и утренней зарядки. Составление графика занятий по развитию физических качеств на учебный год.

*Физическое совершенствование*

*Оздоровительная физическая культура*

Закаливание организма при помощи обливания под душем. Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, их влияние на восстановление организма после умственной и физической нагрузки.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура.*

Гимнастика с основами акробатики

Строевые упражнения в движении противоходом, перестроении из колонны по одному в колонну по три, стоя на месте и в движении. Упражнения в лазании по канату в три приёма. Упражнения на гимнастической скамейке в передвижении стилизованными способами ходьбы: вперёд, назад, с высоким подниманием колен и изменением положения рук, приставным шагом правым и левым боком. Передвижения по наклонной гимнастической скамейке: равномерной ходьбой с поворотом в разные стороны и движением руками, приставным шагом правым и левым боком.

Упражнения в передвижении по гимнастической стенке: ходьба приставным шагом правым и левым боком по нижней жерди, лазанье разноимённым способом. Прыжки через скакалку с изменяющейся скоростью вращения на двух ногах и поочерёдно на правой и левой ноге, прыжки через скакалку назад с равномерной скоростью.

Ритмическая гимнастика: стилизованные наклоны и повороты туловища с изменением положения рук, стилизованные шаги на месте в сочетании с движением рук, ног и туловища. Упражнения в танцах галоп и полька.

Лёгкая атлетика

Прыжок в длину с разбега, способом согнув ноги. Броски набивного мяча из-за головы в положении сидя и стоя на месте. Беговые упражнения скоростной и координационной направленности: челночный бег, бег с преодолением препятствий, с ускорением и торможением, максимальной скоростью на дистанции 30 м.

Подвижные и спортивные игры

Подвижные игры на точность движений с приёмами спортивных игр и лыжной подготовки. Баскетбол: ведение баскетбольного мяча, ловля и передача баскетбольного мяча. Волейбол: прямая нижняя подача, приём и передача мяча снизу двумя руками на месте и в движении. Футбол: ведение футбольного мяча, удар по неподвижному футбольному мячу.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.*

Развитие основных физических качеств средствами базовых видов спорта. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

4 КЛАСС

*Знания о физической культуре*

Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

*Способы самостоятельной деятельности*

Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

*Физическое совершенствование*

*Оздоровительная физическая культура*

Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп. Закаливающие процедуры: купание в естественных водоёмах, солнечные и воздушные процедуры.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура*

Гимнастика с основами акробатики

Предупреждение травматизма при выполнении гимнастических и акробатических упражнений. Акробатические комбинации из хорошо освоенных упражнений. Опорный прыжок через гимнастического козла с разбега способом напрыгивания. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы и упоры, подъём переворотом. Упражнения в танце «Летка-енка».

Лёгкая атлетика

Предупреждение травматизма во время выполнения легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с разбега перешагиванием. Технические действия при беге по легкоатлетической дистанции: низкий старт, стартовое ускорение, финиширование. Метание малого мяча на дальность стоя на месте.

Подвижные и спортивные игры

Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Волейбол: нижняя боковая подача, приём и передача мяча сверху, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Баскетбол: бросок мяча двумя руками от груди с места, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности. Футбол: остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы, выполнение освоенных технических действий в условиях игровой деятельности.

Прикладно-ориентированная физическая культура

Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты освоения программы по физической культуре на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

* становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека;
* формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;
* проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;
* уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;
* стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;
* проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне начального общего образования у обучающегося будут сформированы познавательные универсальные учебные действия, коммуникативные универсальные учебные действия, регулятивные универсальные учебные действия, совместная деятельность.

К концу обучения в 1 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

* находить общие и отличительные признаки в передвижениях человека и животных;
* устанавливать связь между бытовыми движениями древних людей и физическими упражнениями из современных видов спорта;
* сравнивать способы передвижения ходьбой и бегом, находить между ними общие и отличительные признаки;
* выявлять признаки правильной и неправильной осанки, приводить возможные причины её нарушений.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

* воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;
* высказывать мнение о положительном влиянии занятий физической культурой, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;
* управлять эмоциями во время занятий физической культурой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других обучающихся и учителя;
* обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей.

Регулятивные универсальные учебные действия:

* выполнять комплексы физкультминуток, утренней зарядки, упражнений по профилактике нарушения и коррекции осанки;
* выполнять учебные задания по обучению новым физическим упражнениям и развитию физических качеств;
* проявлять уважительное отношение к участникам совместной игровой и соревновательной деятельности.

К концу обучения во 2 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

* характеризовать понятие «физические качества», называть физические качества и определять их отличительные признаки;
* понимать связь между закаливающими процедурами и укреплением здоровья;
* выявлять отличительные признаки упражнений на развитие разных физических качеств, приводить примеры и демонстрировать их выполнение;
* обобщать знания, полученные в практической деятельности, составлять индивидуальные комплексы упражнений физкультминуток и утренней зарядки, упражнений на профилактику нарушения осанки;
* вести наблюдения за изменениями показателей физического развития и физических качеств, проводить процедуры их измерения.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

* объяснять назначение упражнений утренней зарядки, приводить соответствующие примеры её положительного влияния на организм обучающихся (в пределах изученного);
* исполнять роль капитана и судьи в подвижных играх, аргументированно высказывать суждения о своих действиях и принятых решениях;
* делать небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

Регулятивные универсальные учебные действия:

* соблюдать правила поведения на уроках физической культуры с учётом их учебного содержания, находить в них различия (легкоатлетические, гимнастические и игровые уроки, занятия лыжной и плавательной подготовкой);
* выполнять учебные задания по освоению новых физических упражнений и развитию физических качеств в соответствии с указаниями и замечаниями учителя;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения учебных заданий, соблюдать культуру общения и уважительного обращения к другим обучающимся;
* контролировать соответствие двигательных действий правилам подвижных игр, проявлять эмоциональную сдержанность при возникновении ошибок.

К концу обучения в 3 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

* понимать историческую связь развития физических упражнений с трудовыми действиями, приводить примеры упражнений древних людей в современных спортивных соревнованиях;
* объяснять понятие «дозировка нагрузки», правильно применять способы её регулирования на занятиях физической культурой;
* понимать влияние дыхательной и зрительной гимнастики на предупреждение развития утомления при выполнении физических и умственных нагрузок;
* обобщать знания, полученные в практической деятельности, выполнять правила поведения на уроках физической культуры, проводить закаливающие процедуры, занятия по предупреждению нарушения осанки;
* вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и физических качеств в течение учебного года, определять их приросты по учебным четвертям (триместрам).

Коммуникативные универсальные учебные действия:

* организовывать совместные подвижные игры, принимать в них активное участие с соблюдением правил и норм этического поведения;
* правильно использовать строевые команды, названия упражнений и способов деятельности во время совместного выполнения учебных заданий;
* активно участвовать в обсуждении учебных заданий, анализе выполнения физических упражнений и технических действий из осваиваемых видов спорта;
* делать небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

* контролировать выполнение физических упражнений, корректировать их на основе сравнения с заданными образцами;
* взаимодействовать со сверстниками в процессе учебной и игровой деятельности, контролировать соответствие выполнения игровых действий правилам подвижных игр;
* оценивать сложность возникающих игровых задач, предлагать их совместное коллективное решение.

К концу обучения в 4 классе у обучающегося будут сформированы следующие универсальные учебные действия.

Познавательные универсальные учебные действия:

* сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;
* выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;
* объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

* взаимодействовать с учителем и обучающимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;
* использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и обучающимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитии физических качеств;
* оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой.

Регулятивные универсальные учебные действия:

* выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;
* самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов; оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1 КЛАСС

К концу обучения в 1 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* приводить примеры основных дневных дел и их распределение в индивидуальном режиме дня;
* соблюдать правила поведения на уроках физической культурой, приводить примеры подбора одежды для самостоятельных занятий;
* выполнять упражнения утренней зарядки и физкультминуток;
* анализировать причины нарушения осанки и демонстрировать упражнения по профилактике её нарушения;
* демонстрировать построение и перестроение из одной шеренги в две и в колонну по одному, выполнять ходьбу и бег с равномерной и изменяющейся скоростью передвижения;
* демонстрировать передвижения стилизованным гимнастическим шагом и бегом, прыжки на месте с поворотами в разные стороны и в длину толчком двумя ногами;
* играть в подвижные игры с общеразвивающей направленностью.

2 КЛАСС

К концу обучения во 2 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* демонстрировать примеры основных физических качеств и высказывать своё суждение об их связи с укреплением здоровья и физическим развитием;
* измерять показатели длины и массы тела, физических качеств с помощью специальных тестовых упражнений, вести наблюдения за их изменениями;
* выполнять броски малого (теннисного) мяча в мишень из разных исходных положений и разными способами, демонстрировать упражнения в подбрасывании гимнастического мяча правой и левой рукой, перебрасывании его с руки на руку, перекатыванию;
* выполнять прыжки по разметкам на разное расстояние и с разной амплитудой, в высоту с прямого разбега;
* организовывать и играть в подвижные игры на развитие основных физических качеств, с использованием технических приёмов из спортивных игр;
* - выполнять упражнения на развитие физических качеств.

3 КЛАСС

К концу обучения в 3 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* соблюдать правила во время выполнения гимнастических и акробатических упражнений, легкоатлетической, лыжной, игровой и плавательной подготовки;
* демонстрировать примеры упражнений общеразвивающей, подготовительной и соревновательной направленности, раскрывать их целевое предназначение на занятиях физической культурой;
* измерять частоту пульса и определять физическую нагрузку по её значениям с помощью таблицы стандартных нагрузок;
* выполнять упражнения дыхательной и зрительной гимнастики, объяснять их связь с предупреждением появления утомления;
* выполнять движение противоходом в колонне по одному, перестраиваться из колонны по одному в колонну по три на месте и в движении;
* выполнять ходьбу по гимнастической скамейке с высоким подниманием колен и изменением положения рук, поворотами в правую и левую сторону, двигаться приставным шагом левым и правым боком, спиной вперёд;
* демонстрировать прыжки через скакалку на двух ногах и попеременно на правой и левой ноге;
* демонстрировать упражнения ритмической гимнастики, движения танцев галоп и полька;
* выполнять бег с преодолением небольших препятствий с разной скоростью, прыжки в длину с разбега способом согнув ноги, броски набивного мяча из положения сидя и стоя;
* выполнять технические действия спортивных игр: баскетбол (ведение баскетбольного мяча на месте и движении), волейбол (приём мяча снизу и нижняя передача в парах), футбол (ведение футбольного мяча змейкой);
* выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

4 КЛАСС

К концу обучения в 4 классе обучающийся достигнет следующих предметных результатов по отдельным темам программы по физической культуре:

* объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;
* осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;
* приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;
* приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, характеризовать причины их появления на занятиях гимнастикой и лёгкой атлетикой, лыжной и плавательной подготовкой;
* проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;
* демонстрировать акробатические комбинации из 5–7 хорошо освоенных упражнений (с помощью учителя);
* выполнять прыжок в высоту с разбега перешагиванием;
* выполнять метание малого (теннисного) мяча на дальность;
* выполнять освоенные технические действия спортивных игр баскетбол, волейбол и футбол в условиях игровой деятельности;
* в их выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты показателях.

Поурочное планирование по физической культуре 1 класс.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п.п | №  темы | Тема урока |
| 1 | 1 | Инструктаж по ТБ. Лёгкая атлетика, подвижные игры. Техника бега. |
| 2 | 2 | Совершенствование техники ходьбы и бега. |
| 3 | 3 | Урок-игра. Игры для формирования правильной осанки. |
| 4 | 4 | Обучение разновидностям бега и ходьбы. |
| 5 | 5 | Урок-игра. Игры со скакалками . |
| 6 | 6 | Обучение технике прыжков на одной, двух ногах |
| 7 | 7 | Обучение технике метания малого мяча. |
| 8 | 8 | Урок-игра. Игры для подготовки к строю. |
| 9 | 9 | Совершенствование техники метания малого мяча из положения стоя. |
| 10 | 10 | Инструктаж по ТБ. Кроссовая подготовка. Развитие выносливости. |
| 11 | 11 | Урок-игра. Подвижные игры с элементами лёгкой атлетики. |
| 12 | 12 | Совершенствование техники равномерного бега (3 минуты). |
| 13 | 13 | Закрепление техники равномерного бега (3 минуты). |
| 14 | 14 | Урок-игра. Игры со скакалками |
| 15 | 15 | Совершенствование техники равномерного бега (4-5 минуты). . |
| 16 | 16 | Совершенствование техники равномерного бега (4-5 минуты) |
| 17 | 17 | Урок-игра. Игры для подготовки к строю. |
| 18 | 18 | Урок-игра. Игры с прыжками. |
| 19 | 19 | Гимнастика (с основами акробатики). Совершенствование строевых упражнений. |
| 20 | 20 | Гимнастика (с основами акробатики). Совершенствование строевых упражнений. |
| 21. | 21. | Обучение технике построений в колонну по одному и в шеренгу, в круг. |
| 22 | 22 | Обучение технике построений в колонну по одному и в шеренгу, в круг. |
| 23 | 23 | Урок-игра. Игры с элементами гимнастики. |
| 24 | 24 | Обучение равновесию. Строевые  упражнения. |
| 25 | 25 | Обучение равновесию. Строевые  упражнения. |
| 26 | 26 | Урок-игра. Игры лазанием и перелезанием. |
| 27 | 27 | Игры лазанием и перелезанием. |
| 28 | 28 | Игры лазанием и перелезанием. |
| 29 | 29 | Совершенствование техники перестроений по звеньям, по заранее установленным местам. |
| 30 | 30 | Совершенствование техники перестроений по звеньям, по заранее установленным местам. |
| 31 | 31 | Урок-игра. Игры с прыжками |
| 32 | 32 | Игры с прыжками. Развитие силовых способностей |
| 33 | 33 | Совершенствование техники опорного прыжка. |
| 34 | 34 | Подвижные игры с основами спортивных игр. |
| 35 | 35 | Инструктаж по ТБ при проведении подвижных игр на основе баскетбола. Развитие координационных способностей. |
| 36 | 36 | Подвижные игры на основе баскетбола. |
| 37 | 37 | Подвижные игры на основе баскетбола |
| 38 | 38 | Обучать технике ловли баскетбольного мяча. |
| 39 | 39 | Совершенствование техники ловли б\б мяча. Подвижные игры. |
| 40 | 40 | Совершенствование техники ловли б\б мяча |
| 41 | 41 | Урок-игра. Игры с мячами. |
| 42 | 42 | Игры с мячами. |
| 43 | 43 | Игры с мячами. |
| 44 | 44 | Обучение броску мяча б\б от груди. Игры. |
| 45 | 45 | Совершенствование броска мяча от груди. Игры. |
| 46 | 46 | Обучать технике ловли б\б мяча. Подвижная игры |
| 47 | 47 | Развитие координационных способностей. Подвижные игры. |
| 48 | 48 | Урок-игра. Игра с элементами б\б |
| 49 | 49 | Урок-игра. Игра с элементами б\б |
| 50 | 50 | Урок-эстафета.  Эстафеты. |
| 51 | 51 | Обучение техники ведения мяча на месте. Подвижная игра |
| 52 | 52 | Совершенствование техники ведения мяча. Подвижная игра |
| 53 | 53 | Совершенствовать технику равномерного бега (3 минуты). |
| 54 | 54 | Совершенствовать технику равномерного бега (3 минуты). |
| 55 | 55 | Совершенствовать технику равномерного бега (4 минуты). Подвижная игра |
| 56 | 56 | Урок-эстафета Эстафеты. |
| 57 | 57 | Совершенствовать технику равномерного бега (5 минут |
| 58 | 58 | Обучение технике прыжка в длину с места, с разбега. Подвижная игра |
| 59 | 59 | Урок-игра.  Игры испытания. |
| 60 | 60 | Обучение технике прыжка с отталкиванием одной и приземлением на две. |
| 61 | 61 | Обучение технике прыжка с отталкиванием одной и приземлением на две. |
| 62 | 62 | Обучение технике прыжка с отталкиванием одной и приземлением на две. |
| 63 | 63 | Урок-игра.  Подвижные игры |
| 64 | 64 | Урок-эстафета. |
| 65 | 65 | Совершенствовать технику метания малого мяча в цель. |
|  |  | Прыжки. Бег. |
| 66 | 66 | Инструктаж по ТБ. Ходьба и бег. |
| 67 | 67 | Ходьба и бег. |
| 68 | 68 | Ходьба и бег. |

Поурочное планирование по физической культуре 2 класс.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п.п | №  темы | Тема урока |
|  |  | Ходьба и бег. |
| 1 | 1 | Ходьба и бег. |
| 2 | 2 | Ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. |
| 3 | 3 | Прыжки. Развитие скоростно-силовых качеств |
| 4 | 4 | Прыжки. |
| 5 | 5 | Прыжки. |
| 6 | 6 | Метание. Развитие скоростно-силовых качеств. |
| 7 | 7 | Бег с препятствиями. Развитие выносливости |
| 8 | 8 | Бег с препятствиями. |
| 9 | 9 | Бег с препятствиями. Расслабление и напряжение мышц. |
| 10 | 10 | Бег 1 км. Без учёта времени |
|  |  | Акробатика. |
| 11 | 11 | Инструктаж по ТБ. Строевые упражнения. Развитие координационных способностей. |
| 12 | 12 | Строевые упражнения. |
| 13 | 13 | Строевые упражнения. |
| 14 | 14 | Строевые упражнения. |
| 15 | 15 | Строевые упражнения. Стойка. Упражнение «Мост». |
| 16 | 16 | Строевые упражнения. Стойка. Упражнение «Мост». |
| 17 | 17 | Упражнения на формирование правильной осанки |
| 18 | 18 | Упражнения на формирование правильной осанки |
| 19 | 19 | Упражнения на формирование правильной осанки |
| 20 | 20 | Упражнения на формирование правильной осанки |
| 21 | 21 | Строевые упражнения. |
| 22 | 22 | Строевые упражнения. Висы. Подтягивание |
| 23 | 23 | Упражнения в равновесии |
| 24 | 24 | . Упражнения в равновесии |
|  |  | Подвижные игры на основе б\б. |
| 25 | 1 | Подвижные игры на основе б\б. Развитие координационных способностей |
| 26 | 2 | Подвижные игры на основе б\б. |
| 27 | 3 | Подвижные игры на основе б\б. |
| 28 | 4 | Подвижные игры на основе б\б. |
| 29 | 5 | Подвижные игры на основе б\б. |
| 30 | 6 | Подвижные игры на основе б\б. |
| 31 | 7 | Передачи мяча. Броски. |
| 32 | 8 | Передачи мяча. Броски. |
| 33 | 9 | Передачи мяча. Броски. |
| 34 | 10 | Передачи мяча. Броски. |
| 35 | 11 | Броски мяча, ведение. |
| 36 | 12 | Броски мяча, ведение. |
| 37 | 13 | Броски мяча, ведение. |
| 38 | 14 | Броски мяча, ведение. |
| 39 | 15 | Игры – эстафеты. |
| 40 | 16 | Игры – эстафеты. |
| 41 | 17 | Игры – эстафеты. |
| 42 | 18 | Игры – эстафеты. |
| 43 | 19 | Игры – эстафеты. |
| 44 | 20 | Игры с заданиями. |
| 45 | 21 | Игры с заданиями |
| 46 | 22 | Игры с заданиями |
| 47 | 23 | Игры с заданиями |
|  |  | Бег по пересеченной местности |
| 48 | 1 | Развитие выносливости. Инструктаж по Т Б. |
| 49 | 2 | Бег 4 мин с преодолением пяти препятствий в зале. |
| 50 | 3 | Бег 4 мин с преодолением пяти препятствий в зале. |
| 51 | 4 | Бег 4 мин с преодолением пяти препятствий в зале. |
| 52 | 5 | Бег 4 мин с преодолением пяти препятствий в зале. |
| 53 | 6 | Бег 5 мин. С преодолением пяти препятствий в зале. |
| 54 | 7 | Ходьба и бег |
| 55 | 8 | Ходьба и бег |
| 56 | 9 | Ходьба и бег |
| 57 | 10 | Ходьба и бег |
| 58 | 11 | Бег 30, 60 м |
| 59 | 12 | Бег 30, 60 м. |
| 60 | 13 | Бег 30, 60 м. |
| 61 | 14 | Прыжки. |
| 62 | 15 | Прыжки. |
| 63 | 16 | Прыжки. |
| 64 | 17 | Бег 30, 60 м. |
| 65 | 18 | Прыжки. |
| 66 | 19 | Метание. Развитие скоростно-силовых качеств |
| 67 | 20 | Метание. |
| 68 | 21 | Метание |

Поурочное планирование по физической культуре 3 класс.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п.п. | № урока | Тема урока |
|  |  | Лёгкая атлетика |
| 1 | 1 | Инструктаж по ТБ.  Развитие скоростных способностей. |
| 2 | 2 | Ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. |
| 3 | 3 | Ходьба и бег |
| 4 | 4 | Ходьба и бег |
| 5 | 5 | Прыжки. Развитие скоростно-силовых качеств. |
| 6 | 6 | Прыжки |
| 7 | 7 | Метание |
| 8 | 8 | Метание |
| 9 | 9 | Бег с препятствиями. Развитие выносливости |
| 10 | 10 | Бег с препятствиями |
| 11 | 11 | Бег с препятствиями |
| 12 | 12 | Бег с препятствиями |
| 13 | 13 | Бег 1 км. Без учёта времени |
| 14 | 14 | Бег 1 км. Без учёта времени |
| 15 | 15 | Бег 1 км. Без учёта времени |
|  |  | Гимнастика с элементами акробатики |
| 16 | 16 | Инструктаж по ТБ  Строевые упражнения. |
| 17 | 17 | Строевые упражнения |
| 18 | 18 | Строевые упражнения |
| 19 | 19 | Строевые упражнения |
| 20 | 20 | Строевые упражнения. Стойка. Упражнение «Мост». |
| 20 | 20 | Стойка. Упражнение «Мост». |
| 21 | 22 | Стойка. Упражнение «Мост». |
| 22 | 23 | Строевые упражнения |
| 23 | 24 | Упражнения на формирование правильной осанки. |
|  |  | Спортивные игры |
| 24 | 1 | Развитие координационных способностей |
| 25 | 2 | Ловля и передача мяча в движении. |
| 26 | 3 | Ловля и передача мяча в движении. |
| 27 | 4 | Ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом. |
| 28 | 5 | Ведение на месте правой (левой) рукой, в движении шагом. |
| 29 | 6 | Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. |
| 30 | 7 | Ловля и передача мяча на месте в треугольниках. |
| 31 | 8 | Бросок двумя руками от груди. |
| 32 | 9 | Ловля и передача мяча на месте в квадратах |
| 33 | 10 | Ловля и передача мяча на месте в круге. |
| 34 | 11 | Ловля и передача мяча на месте в круге. |
| 35 | 12 | Передачи мяча в круге. Ведение в разных направлениях. |
|  |  | Кроссовая подготовка. |
| 36 | 1 | Инструктаж по ТБ. Бег по пересеченной местности. Развитие выносливости. |
| 37 | 2 | Чередование бега и ходьбы (бег - 100 м, ходьба - 70 м) |
| 38 | 3 | Игры – эстафеты  Развитие скоростных способностей |
| 39 | 4 | Бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 100 м, ходьба - 70 м) |
| 40 | 5 | Бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 100 м, ходьба - 70 м) |
| 41 | 6 | Передачи мяча. Броски. |
| 42 | 7 | Бросок двумя руками от груди. |
| 43 | 8 | Броски мяча, ведение. |
| 44 | 9 | Бросок двумя руками от груди. |
| 45 | 10 | Ловля и передача мяча на месте в квадратах. Игры «Обгони мяч», |
| 46 | 11 | Кросс (1 км). |
| 47 | 12 | Игры с заданиями. |
|  | 13 | Бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 100 м, ходьба - 70 м) |
| 48 | 14 | Бег (9 мин). Чередование ходьбы и бега (бег - 100 м, ходьба - 70 м) |
| 49 | 15 | Прыжки в длину с места. Развитие выносливости в медленном трехминутном беге. |
| 50 | 16 | Бег 30, 60 м. |
| 51 | 17 | Бег 30, 60 м. |
| 52 | 18 | Бег 4 мин. С преодолением пяти препятствий в зале. |
| 53 | 19 | Бег 5 мин. С преодолением пяти препятствий в зале. |
| 54 | 20 | Бег 1 км. Без учёта времени. |
| 55 | 21 | *.* Ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. |
| 56 | 22 | Ходьба и бег. Развитие скоростных способностей. |
| 57 | 23 | Прыжки в длину с места. Развитие скоростно-силовых качеств |
| 58 | 24 | Прыжки в длину с места. |
| 59 | 25 | Развитие скорости в беге с высокого старта на 30м. |
| 60 | 26 | Развитие скорости в беге с высокого старта на 30м. |
| 61 | 27 | Метание малого мяча на дальность. |
| 62 | 28 | Метание малого мяча на дальность |
| 63 | 29 | Прыжки в длину с места. |
| 64 | 30 | Развитие скорости в беге с высокого старта на 30м. |
| 65 | 31 | Развитие скорости в беге с высокого старта на 30м. |
| 66 | 32 | Метание малого мяча на дальность. |
| 67 | 33 | Метание малого мяча на дальность |
| 68 | 34 | «Веселые старты» с бегом, прыжками, метанием. |

Поурочное планирование по физической культуре 4 класс.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п.п. | № урока | Тема урока |
|  |  | Легкая атлетика (26 часов) |
| 1 | 1 | Т.Б. на уроках по физической культуре. Строевая подготовка. Игра: «Салки» |
| 2 | 2 | О.Р.У. Строевая подготовка. Спец. беговые упражнения |
| 3 | 3 | Спортивная ходьба и бег. Бег 30м. (учет) |
| 4 | 4 | Бег 60 м. Встречная эстафета |
| 5 | 5 | Низкий старт.Бег 60м (учет) |
| 6 | 6 | Низкий старт.  Бег 100 м. Игра: «Вышибалы» |
| 7 | 7 | Высокий старт.  Бег 400 м. Игра «Воробьи вороны» |
| 8 | 8 | Высокий старт.  Бег 1 км. |
| 9 | 9 | Техника метания мяча на дальность. Эстафеты. |
| 10 | 10 | Метание малого на дальность, в цель.  Игра в мини-футбол. |
| 11 | 11 | Метание малого на дальность, в цель.  Игра: «Казаки-разбойники» |
| 12 | 12 | Развитие прыгучести.  Челночный бег 3\*10м, 4\*9 м. Игра: «Перестрелка» |
| 13 | 13 | Прыжки на скакалке.  Челночный бег 3\*10м, 4\*9 м |
| 14 | 14 | Многоскоки. Специальные беговые упражнения |
| 15 | 15 | Преодоление полосы препятствий |
| 16 | 16 | Бег 30м, 60м, 100м. Игра: «День и ночь» |
| 17 | 17 | Прыжки в длину с разбега. Подвижные игры. |
| 18 | 18 | Переменный бег в чередовании с ходьбой.  Прыжки в дину с разбега. П. игры. |
| 19 | 19 | Прыжки в длину с места. Бег 400 м.  Игра «Салки с мячами» |
| 20 | 20 | Комплекс ОРУ с мячами. Прыжки в длину с места Игра в мини-футбол. |
| 21 | 21 | Специальные беговые упражнения Игра: «Перестрелка» |
| 22 | 22 | Развитие скоростно-силовых качеств. Бег в равномерном темпе 1 км. Подвижные игры. |
|  |  | Гимнастика с элементами акробатики ( 21 час |
| 23 | 1 | Техника безопасности при проведении занятий по гимнастике.  Строевая подготовка. |
| 24 | 2 | Перестроение из колонны по одному в колонну по 2, по 3, по 4. Прыжки на скакалке |
| 25 | 3 | Строевая подготовка. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой |
| 26 | 4 | Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Игры на развитие ловкости. |
|  | 5 | Игровой урок ОРУ. Игры: «Прыжки по полосам», «Волк во рву». |
| 27 | 6 | ОРУ на развитие равновесия. Стойка на лопатках. |
| 28 | 7 | Стойка на лопатках. Развитие силовых способностей. Игра: «Вышибалы» |
| 29 | 8 | Кувырок вперед, кувырок назад. Пресс за 1 мин. |
| 30 | 9 | Кувырок вперед, кувырок назад. Игры на развитие ловкости. |
| 31 | 10 | Комплекс ОРУ на развитие гибкости. «Мост» из положения лежа на спине. Игра: «Воробьи-вороны». |
| 32 | 11 | «Мост» из положения лежа на спине. Стойка на лопатках. |
| 33 | 12 | Стойка на лопатках. Игры на развитие быстроты. |
| 34 | 13 | Акробатическая комбинация |
| 35 | 14 | Акробатическая комбинация |
|  |  | Подвижные игры с элементами баскетбола (12 часов) |
| 36 | 1 | Т.Б. при занятиях подвижными играми. Спортивные игры.  Ведение мяча на месте и в движении. |
| 37 | 2 | Ловля и передача мяча на месте и в движении в тройках. Игра: «Вышибалы» |
| 38 | 3 | Броски в кольцо двумя руками от груди.  Игра: «Передал – садись» |
| 39 | 4 | Ведение мяча с изменением направления. Игра: «Мяч капитану» |
| 40 | 5 | Комбинация: Защитник-нападающий. Игра «Гонка мячей по кругу». |
| 41 | 6 | Броски в кольцо одной рукой от плеча. Игра «Передал – садись», «Вызов номеров» |
| 42 | 7 | Комбинация: Защитник-нападающий. Игра в мини- баскетбол по упрощенным правилам. |
| 43 | 8 | Наклон вперед из положения стоя. Преодоление гимнастической полосы препятствий |
| 44 | 9 | Прыжки на скакалке (учет). |
| 45 | 10 | Наклон вперед из положения стоя. Пресс за 1 мин. Игры на развитие ловкости. |
| 46 | 11 | Наклон вперед из положения сидя. Пресс (учет) . |
| 47 | 12 | ОРУ на развитие гибкости. Наклон вперед из положения сидя (учет). Эстафеты. |
|  |  | Подвижные игры с элементами футбола (6 часов) |
| 48 | 1 | ТБ при обучении элементам футбола. Стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперёд, ускорения, старты из различных положений |
| 49 | 2 | Контроль над развитием двигательных качеств: приседание.  Игра «Самый меткий» |
| 50 | 3 | Повторение ведение мяча внутренней и внешней частью стопы по прямой линии, по дуге. |
| 51 | 4 | Игра – в мини-футбол по упрощенным правилам  Игра вратаря. |
| 52 | 5 | Повторение передачи и приема мяча ногами в паре на месте и с продвижением. Разучивание жонглирование ногой. |
| 53 | 6 | Жонглирование ногой. Игра – в мини-футбол по упрощенным правилам. |
| 54 |  |  |
| 55 | 8 | Остановка прыжком. Броски в кольцо изученными способами. Игры с мячами. |
| 56 | 9 | Ведение мяча с обводкой стоек. Игра: «Перестрелка» |
| 57 | 10 | Ловля и передача мяча на месте и в движении. Эстафеты с мячами. |
| 58 | 11 | Остановка прыжком. Игра в мини- баскетбол по упрощенным правилам. |
| 59 | 12 | Комплекс ОРУ с мячами.  Игра в мини- баскетбол по упрощенным правилам. |
|  |  | Кроссовая подготовка ( 18 часов)  Бег по пересеченной местности |
| 60 | 1 | Т.Б.при кроссовой подготовкой. Комплексы упражнений на развитие выносливости |
| 61 | 2 | Чередование бега и ходьбы (80 м бег, 100 ходьба). Игры на выносливость. |
| 62 | 3 | Комплекс ОРУ в движении.  Равномерный бег 5 мин. |
| 63 | 4 | Комплексы упражнений на развитие  выносливости. Игра: «Самый быстрый» |
| 64 | 5 | Равномерный бег 6 мин.  Круговая эстафета. |
| 65 | 6 | Челночный бег 3\*10 м, 4\*9 м. Игра "Перестрелка» |
| 66 | 7 | Равномерный бег 7 мин.  Встречная эстафета. |
|  |  | Легкая атлетика (12 часов) |
| 67 | 1 | ТБ при занятиях по легкой атлетики.  Специальные беговые упражнения. Игра: «Салки» |
| 68 | 2 | Низкий старт.  Бег 30 м, 60 м. |

Критерии оценивания.

- Программа по физической культуре в 1 классе строится по принципу безотметочного обучения. - Учитель положительно оценивает любую удачу ученика, если даже она весьма незначительна. - Ученики получают от учителя четкие критерии самооценки. Самооценка предшествует оценке учителя.

Характеристика словесной оценки (оценочное суждение)

Словесная оценка есть краткая характеристика результатов учебного труда школьников. Эта форма оценочного суждения позволяет раскрыть перед учеником динамику результатов его учебной деятельности, проанализировать его возможности и прилежание. Особенностью словесной оценки являются ее содержательность, анализ работы школьника, четкая фиксация успешных результатов и раскрытие причин неудач. Причем эти причины не должны касаться личностных характеристик учащегося.

Оценочное суждение сопровождает любую работу в качестве заключения по существу работы, раскрывающего как положительные, так и отрицательные ее стороны, а также пути устранения недочетов и ошибок.

Критерии оценивания учащихся 2 – 4 класс.

по физической культуре за работу на уроке, за технику выполнения упражнений и уровень развития двигательных качеств таковы:

«5» \_\_ проявление настойчивости для успешного овладения упражнениями или

совершенствования физических качеств, безукоризненное поведение в сочетании с двигательной активностью;

«4» \_\_ недостаточно настойчивое стремление к успеху при овладении упражнениями или совершенствовании физических качеств, безукоризненное поведение;

«3» \_\_ посредственное отношение к собственной успешности при овладении

упражнениями или совершенствовании физических качеств, пассивность или

отрицательные формы поведения в классном коллективе;

«2» \_\_ невыполнение учебных требований программы.

**Литература.**

1. Лях В.И. Физическая культура. 1-4 классы: Учебник для общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение.

2. Лях В. И. Физическая культура. Рабочие про­граммы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1—4 классы: Пособие для учителя. М.: Просвещение.

3. Подвижные игры. 1—4 классы / Авт.-сост. А.Ю. Патрикеев. М.:

4. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 3 класс. М.: ВАКО.

5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования. М.: Просвещения