

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 22  
сельского поселения «Поселок Этыркэн»  
Верхнебуреинского муниципального района  
Хабаровского края.

«Рассмотрено»

на ШМО

протокол №\_\_

от «\_\_»\_\_\_\_\_2011г.

«Согласовано»

РИМЦ

Улискова Л.С.

от «\_\_»\_\_\_\_\_2011г.

«Утверждено»

директор МКОУ СОШ№22

Голобоков М.Г.

от «\_\_»\_\_\_\_\_2011г.

Рабочая программа по предметной линии:

физическая культура.

УМК «Гармония».

Выполнил: Зюзина О.В.

2011-2015г.

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**

Предметом обучения физической культуре является двигательная система человека с обще -развивающей направленностью. В процессе этой деятельности укрепляется здоровье ,совершенствуются физические качества , осваиваются двигательные действия , активно развивается мышление , творчество и самостоятельность .

### **ЦЕЛЬ:**

- формирование основ здорового образа жизни , развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности . Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач .

### **ЗАДАЧИ :**

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

## **ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ СОДЕРЖАНИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА .**

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 укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения , способы познавательной и предметной деятельности .

## **МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ .**

В федеральном базисном учебном плане на изучение физической культуры выделяется 270 часов.

1 класс – 66 часов (2 часа в неделю)  
2, 3, 4 класс – по 68 часов (2 часа в неделю).

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ .**

### **Личностные результаты :**

- активное включение в общение со сверстниками на принципе уважения и доброжелательности , взаимопомощи ;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях ;
- проявление дисциплинированности , трудолюбия и упорство в достижении целей ;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам ,нахождение с ними общего языка и общих интересов ;

### **Метапредметные результаты :**

- характеристика явления (действия и поступков) , их объективная оценка на основе освоенных знаний ;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения , взаимопомощи ;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой ;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности , сохранности инвентаря и оборудования ;
- видение красоты движений , выделение эстетических признаков в движении человека ;
- оценка красоты телосложения и осанки ;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми ;

### **Предметные результаты :**

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня , организация отдыха и досуга ;
- изложение фактов истории развития физической культуры , её роли и значения в жизнедеятельности человека ;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья , физического развития ;
- измерение (познавание) показателей физического развития (длины и массы тела ) , развитие основных физических качеств ;
- организация и проведение подвижных игр и соревнований ;
- бережное отношение с инвентарём и оборудованием , соблюдений требований техники безопасности ;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения игр и соревнований ;
- объяснение в доступной форме правил выполнения двигательных действий , анализ и поиск ошибок, исправление их ;
- подача строевых команд , подсчёт при выполнении О.Р.У ;

- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техническом уровне ;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами .

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫПУСКНИКА НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ .**

### **Раздел : «Знания о физической культуре».**

Выпускник научится :

- ориентироваться в понятиях «Физическая культура» , «Режим дня», характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток, уроков физической культуры , закаливания , прогулок , игр на свежем воздухе ;
- раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на физическое и личностное развитие ;
- характеризовать основные физические качества и различать их между собой ;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми , соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий .

Выпускник 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 в зависимости от индивидуальных особенностей , показателей здоровья, физического развития .

### **Раздел : « Способы физкультурной деятельности».**

Выпускник научится :

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки ;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования , соблюдать правила взаимодействия с игроками ;
- измерять показатели физического развития и физической подготовленности , вести наблюдения за их динамикой ,

Выпускник получит возможность научиться :

- вести тетрадь с записями режима дня , комплексов утренней гимнастики , результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и подготовленности ;
- целенаправленно отбирать упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств ;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах .

### **Раздел: «Физическое совершенствование»**

Выпускник научится :

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки , на развитие физических качеств , оценивать величину нагрузки по частоте пульса ;
- выполнять тестовые упражнения для оценки динамики развития основных физических качеств ;
- выполнять строевые команды и приёмы ;
- выполнять акробатические упражнения , гимнастические упражнения на спортивных снарядах ;
- выполнять легкоатлетические упражнения ;
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности .

Выпускник получит возможность научиться :

- сохранять правильную осанку , оптимальное телосложение ;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол , футбол и волейбол по упрощённым правилам .

### **Система достижений планируемых результатов .**

Итоговая оценка достижения выпускниками планируемых результатов по физической культуре имеет ряд особенностей , вытекающих из общих подходов к системе оценивания достижений .

- оценивание носит сквозной (накопительный) характер и осуществляется в ходе текущих и тематических проверок ;
- использование накопленной оценки позволяет отразить динамику индивидуальных достижений , их продвижение , позволяет наглядно увидеть успешность гармоничного физического развития, физической подготовленности и укрепления здоровья;
- оценивается подготовки учащихся , проводится по разделам «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» , «Физическое совершенство»;
- для оценивания достижения планируемых результатов используются задания базового и повышенного уровней сложности. Выпол-

нение таких заданий дают учащимся возможность проявлять познавательную активность в области знаний о природе ( медико – биологические основы) , о человеке (психолого – педагогические основы деятельности ) об обществе ( историко – социологические основы деятельности );

- система оценивания строится из эмоционального отклика ученика на занятия физическими упражнениями , участие в подвижных играх и формах активного отдыха ;
- решение о достижении учащимися планируемых результатов принимается на основе суммирования результатов итоговой работы , выполнения каждым выпускником , и накопленной в течение года оценки различных учебных достижений .

**Рабочая программа предполагает следующую систему учёта знаний :**

Диагностические работы

Самостоятельные работы

Проверочные работы

Итоговые работы

**Формы работы :**

- работа в парах
- работа в группах
- дифференцированный подход к учащимся
- учебные занятия
- консультационные занятия
- переходы между разными образовательными пространствами

- построение учебных диалогов

**Основные формы и виды организации образовательного процесса :**

- урок – место для коллективной работы класса по постановке и решению учебных задач ;

- урок – диагностика – место для проведения проверочной и диагностической работы ;

- урок – проектирование – место для решения проектных задач .

**МАТЕРИАЛЬНО ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.**

**Библиотечный фонд ( книгопечатная продукция):**

- дидактические карточки

- образовательные программы

- учебно – методические пособия и рекомендации

- журнал «Физическая культура» .

**Печатные пособия :**

- таблицы , схемы ( в соответствии с программой обучения).

**Технические средства обучения :**

- музыкальный центр ,магнитофон , аудиозаписи .

**Учебно- практическое оборудование :**

- бревно напольное (3м)

- козёл гимнастический

- стенка, перекладина ,скамейка гимнастическая

- мячи: набивной 1 и 2 кг , мяч теннисный , мяч малой , мячи баскетбольные ,волейбольные ,футбольные

- палки гимнастические

- скакалки детские

- мат гимнастический
- коврики: гимнастические , массажные
- обручи пластиковые , кегли
- стойка для прыжков в высоту
- флажки , дорожка разметочная для прыжков , рулетка
- щит баскетбольный
- сетка волейбольная
- аптечка

**Игры и игрушки :**

- сетка , стол и ракетка для игры в теннис
- футбол
- шахматы
- шашки
- контейнер с комплектом игрового инвентаря .

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.( 270ч.)

### Знания о физической культуре. ( 12ч.)

#### Физическая культура.

1 класс ( 3ч.)	2 класс (3ч.)	3 класс (3ч.)	4 класс (3ч.)
<p>Понятие о физической культуре .</p> <p>- Занятие физическими упражнениями по укреплению здоровья человека .</p> <p>- Ходьба , бег , прыжки , лазание , ползание , как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями , организация мест занятий , подбор одежды и обуви .</p>	<p>Понятие о физической культуре .</p> <p>- Занятие физическими упражнениями по укреплению здоровья человека.</p> <p>- Ходьба ,бег , прыжки, лазание , ползание , как жизненно важные способы передвижения человека.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями , организация мест занятий , подбор одежды и обуви.</p>	<p>Занятия физическими упражнениями по укреплению здоровья.</p> <p>Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями:</p> <p>организация мест занятий, подбор одежды, обуви.</p>	<p>Занятия физическими упражнениями по укреплению здоровья.</p> <p>Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями:</p> <p>организация мест занятий, подбор одежды, обуви.</p>

#### Из истории физической культуры.

<p>Возникновение первых соревнований , особенности физической культуры разных народов . Её связь с природными физическими-ми особенностями , традициями и обычаями народа.</p>	<p>Возникновение первых соревнований , особенности физической культуры разных народов . Её связь с природными физическими-ми особенностями , традициями и обычаями народа .</p>	<p>Занятия физическими упражнениями по укреплению здоровья.</p> <p>Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание.</p> <p>Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями:</p> <p>организация мест занятий, подбор одежды, обуви.</p>	<p>История возникновения первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов и её связь с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями.</p>
--	---	--	---

#### Физические упражнения.

<p>Представление о физических упражнениях . - Характеристика основных физических качеств : силы, быстроты , выносливости , гибкости и равновесия .</p>	<p>Представление о физических упражнениях . - Характеристика основных физических качеств : силы , быстроты, выносливости, гибкости и равновесия .</p>	<p>Занятия физическими упражнениями по укреплению здоровья. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви.</p>	<p>Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия. Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений</p>
--	---	---	--

### Способы физкультурной деятельности. (12ч.)

(3ч.)

(3ч.)

(3ч.)

(3ч.)

### Самостоятельные занятия.

<p>Составление режима дня . Выполнение утренней зарядки , физкульт-минуток , закаливающих процедур , упражнения для формирования правильной осанки.</p>	<p>Составление режима дня . Выполнение утренней зарядки , физкульт-минуток , закаливающих процедур , упражнения для формирования правильной осанки</p>	<p>Занятия физическими упражнениями по укреплению здоровья. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви..</p>	<p>Режим дня и его значение. Выполнение утренней зарядки, физкультминуток, закаливающих процедур, упражнений по формированию правильной осанки. Организация и проведение подвижных игр в разное время года.</p>
---	--	--	---

### Самостоятельные игры и развлечения.

<p>Организация и проведение подвижных игр в разное время .</p>	<p>Организация и проведение подвижных игр в разное время.</p>	<p>Режим дня и его значение. Выполнение утренней зарядки, физкультминуток, закаливающих процедур, упражнений по формированию правильной осанки. Организация и проведение</p>	
--	---	--	--

подвижных игр в разное время года.

**Физическое совершенствование. (246ч.)**

**( 60ч.)**

**(62ч.)**

**(62ч.)**

**(62ч.)**

**Гимнастика с основами акробатики.**

<p>Организующие команды и приёмы . Строевые действия в шеренге и колонне , выполнение строевых команд . Акробатические упражнения , акробатичес-кие комбинации ( упоры , седы , перекаты ) . - Упражнения на низкой гимнастической перекладине : висы, перемахи. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке , преодоление полосы препятствий</p>	<p>Акробатические упражнения , акробатичес-кие комбинации ( упоры , седы , перекаты , стойка на лопатках , кувырки вперёд , назад). Гимнастические упражнения прикладного характера . Передвижение по гимнастичес-кой стенке , преодоление полосы препятст-вий .</p>		<p>Движения и передвижения строем. Акробатические упражнения и комбинации(упоры, седы, перекаты, стойка на лопатках, кувырки, гимнастический мост). Снарядная гимнастика(упражнения на гимнастической перекладине, опорный прыжок). Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке, лазанье, перелазанье, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p>
--	--	--	--

**Легкая атлетика.**

<p>- Беговые упражнения с заданиями. Прыжковые упражнения . - Упражнения с мячами</p>	<p>Беговые упражнения с заданиями. Прыжковые упражнения . - Упражнения с мячами.</p>	<p>Беговые упражнения с заданиями.  Прыжковые упражнения. Упражнения с мячами.</p>	<p>Беговые упражнения с заданиями.  Прыжковые упражнения. Упражнения с мячами.</p>
---	--	--	--

**Подвижные и спортивные игры.**

Игры с использованием строевых			
--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--------------------------------

<p>упражнений , на внимательность.  - Игры с использованием прыжков , бега , метание и бросков мячей.  - Игры с элементами футбола, баскетбола , волейбола .  Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта.</p>	<p>упражнений , на внимательность.  - Игры с использованием прыжков , бега , метание и бросков мячей.  - Игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола .  Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта.</p>	<p>упражнений, на внимание и ловкость.  Игры с использованием прыжков, бега, метания и бросков мячей.  Игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола.  Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта.</p>	<p>упражнений, на внимание и ловкость.  Игры с использованием прыжков, бега, метания и бросков мячей.  Игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола.  Общеразвивающие упражнения из базовых видов спорта.</p>
---	--	---	---

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОБУЧАЮЩИМИСЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
<i>Личностные универсальные учебные действия</i>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>– положительное отношение к школе, к урокам физической культуры;</li> <li>– интерес к учебному материалу;</li> <li>– представление о причинах успеха в учебе;</li> <li>- нравственно-этическая ориентация;</li> <li>– уважение к мыслям и настроениям другого человека, доброжелательное отношение к людям;</li> <li>- развитие рефлексии, эмпатии, эмоционально-личностной децентрации, самооценки.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к урокам физической культуры;</li> <li>- нравственно-этическая ориентация;</li> <li>– интерес к различным видам спортивной деятельности;</li> <li>– ориентация на понимание предложений и оценок учителей и одноклассников;</li> <li>– понимание причин успеха в учебе;</li> <li>– развитие эстетического чувства и эстетического вкуса;</li> <li>- развитие рефлексии, эмпатии, эмоционально-личностной децентрации, самооценки.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к урокам физической культуры, к школе;</li> <li>- представление о гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, ее народ и историю;</li> <li>- целенаправленная работа над самоопределением, смыслообразованием, самопознанием;</li> <li>– интерес к предметно-исследовательской деятельности, предложенной в учебнике и учебных пособиях;</li> <li>– ориентация на понимание предложений и оценок учителей и товарищей, на самоанализ и самоконтроль результата;</li> <li>– понимание оценок учителя и одноклассников на основе заданных критериев успешности учебной деятельности;</li> <li>– восприятие нравственного содержания поступков окружающих людей;</li> <li>- уважительно относиться к истории и культуре разных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к урокам физической культуры, к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;</li> <li>- целенаправленная работа над самоопределением, смыслообразованием, самопознанием;</li> <li>- основы гражданской идентичности;</li> <li>– широкий интерес к новому учебному материалу, способам решения новых спортивных задач, исследовательской деятельности в области изучаемого предмета;</li> <li>– ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности;</li> <li>– навыки оценки и самооценки результатов учебной деятельности на основе критерия ее успешности;</li> <li>– эстетические и ценностно - смысловые ориентации</li> </ul>

		<p>народов;</p> <p>- развитие рефлексии, эмпатии, эмоционально-личностной децентрации, самооценки.</p>	<p>учащихся, создающие основу для формирования позитивной самооценки, самоуважения, жизненного оптимизма;</p> <p>– этические чувства (стыда, вины, совести) на основе анализа поступков героев, одноклассников и собственных поступков;</p> <p>– представление о своей гражданской идентичности в форме осознания «Я» как гражданина России на основе исторического материала;</p> <p>- развитие рефлексии, эмпатии, эмоционально-личностной децентрации.</p>
--	--	--	---

***Регулятивные универсальные учебные действия***

<p>– принимать учебную задачу, соответствующую этапу обучения;</p> <p>– понимать выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале;</p> <p>– адекватно воспринимать предложения учителя;</p> <p>– осуществлять первоначальный контроль своего участия в доступных видах спортивной деятельности;</p>	<p>– принимать учебную задачу и следовать инструкции учителя;</p> <p>– планировать свои действия в соответствии с учебными задачами и инструкцией учителя;</p> <p>– выполнять действия в устной форме;</p> <p>– учитывать выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале;</p> <p>– в сотрудничестве с учителем находить несколько вариантов</p>	<p>– постановка и принятие учеником учебно-познавательных и учебно-практических задач;</p> <p>– планировать свои действия в соответствии с учебными задачами, различая способ и результат собственных действий;</p> <p>– самостоятельно находить несколько вариантов решения учебной задачи, представленной</p>	<p>– постановка и принятие учеником учебно-познавательных и учебно-практических задач;</p> <p>- планировать учебные (исследовательские) действия;</p> <p>– самостоятельно находить несколько вариантов решения учебной задачи;</p> <p>– различать способы и результат действия;</p> <p>– принимать активное участие в</p>
---	---	---	---

<p>– оценивать совместно с учителем результат своих действий, вносить соответствующие коррективы под руководством учителя;</p> <p>- развитие способности прогнозировать, способности к контролю, самоконтролю и к коррекции.</p>	<p>решения учебной задачи, представленной на наглядно-образном уровне;</p> <p>– вносить необходимые коррективы в действия на основе принятых правил;</p> <p>– принимать установленные правила в планировании и контроле способа решения;</p> <p>– осуществлять пошаговый контроль под руководством учителя в доступных видах учебно-познавательной деятельности;</p> <p>-развитие способности прогнозировать, способности к контролю, самоконтролю и к коррекции.</p>	<p>на наглядно-образном уровне;</p> <p>– выполнять действия (в устной форме), опираясь на заданный учителем или сверстниками ориентир;</p> <p>– осуществлять пошаговый контроль под руководством учителя и самостоятельно;</p> <p>– адекватно воспринимать оценку своей работы учителями;</p> <p>– осуществлять самооценку своего участия в разных видах учебной деятельности;</p> <p>– принимать участие в групповой работе;</p> <p>-развитие способности прогнозировать, способности к контролю, самоконтролю и к коррекции.</p>	<p>групповой и коллективной работе;</p> <p>– адекватно воспринимать оценку своей работы учителями, товарищами, другими людьми;</p> <p>– вносить необходимые коррективы в действия на основе их оценки и учета характера сделанных ошибок;</p> <p>– осуществлять пошаговый и итоговый контроль по результату под руководством учителя и самостоятельно;</p> <p>- развитие способности прогнозировать, способности к контролю, самоконтролю и к коррекции.</p>
--	---	--	--

***Познавательные универсальные учебные действия***

<p>– ориентироваться в информационном материале, осуществлять поиск необходимой информации;</p> <p>– использовать рисуночные и простые символические варианты записи;</p> <p>– проводить сравнение (по одному из оснований, наглядное и по представлению)</p>	<p>- выделение и формулирование познавательной цели;</p> <p>– осуществлять поиск нужной информации, используя сведения, полученные от взрослых;</p> <p>– постановка и формулирование проблемы, создание алгоритмов действия при решении поставленных проблем;</p>	<p>– самостоятельно осуществлять поиск необходимой информации в справочной литературе и дополнительных источниках под руководством учителя, в контролируемом пространстве Интернета;</p> <p>- определение основной и второстепенной информации;</p> <p>– постановка и формулирование</p>	<p>– осуществлять поиск необходимой информации для решения учебных и поисковых задач в справочной литературе, в т.ч. в открытом информационном пространстве (контролируемом пространстве Интернета);</p> <p>- понимание и адекватная оценка языка средств массовой</p>
---	---	--	--

<p>– под руководством учителя проводить классификацию изучаемых объектов (проводить разбиение объектов на группы по выделенному основанию);</p> <p>– под руководством учителя проводить аналогию.</p>	<p>– проводить сравнение (по одному или нескольким основаниям, наглядное и по представлению, сопоставление и противопоставление), понимать выводы, сделанные на основе сравнения;</p> <p>– проводить аналогию и на ее основе строить выводы;</p> <p>– осознанное и произвольное построение высказывания в устной форме;</p> <p>-умение обосновывать свои суждения.</p>	<p>проблемы, создание алгоритмов действия при решении поставленных проблем;</p> <p>– проводить сравнение последовательно по нескольким основаниям; (наглядное и по представлению; сопоставление и противопоставление);</p> <p>– осуществлять анализ объекта (по нескольким существенным признакам);</p> <p>– выполнять эмпирические обобщения на основе сравнения единичных объектов и выделения у них сходных признаков;</p> <p>-умение обосновывать свои суждения.</p>	<p>информации;</p> <p>– постановка и формулирование проблемы, создание алгоритмов действия при решении поставленных проблем;</p> <p>– проводить сравнение по нескольким основаниям, в т.ч. самостоятельно выделенным, строить выводы на основе сравнения;</p> <p>– устанавливать аналогии;</p> <p>– представлять информацию в виде сообщения с иллюстрациями (презентация проектов);</p> <p>– проводить аналогию и на ее основе строить и проверять выводы по аналогии;</p> <p>– строить индуктивные и дедуктивные рассуждения;</p> <p>- ориентировка в спортивных событиях страны, края, своего поселка;</p> <p>-умение обосновывать свои суждения.</p>
---	--	--	--

*Коммуникативные универсальные учебные действий*

- принимать участие в работе парами и группами;
- воспринимать различные точки зрения;
- понимать необходимость использования правил вежливости;
- контролировать свои действия в классе;
- понимать задаваемые вопросы;

- принимать активное участие в работе парами и группами, используя речевые коммуникативные средства;
- допускать существование различных точек зрения;
- стремиться к координации различных мнений, договариваться, приходить к общему решению;
- использовать в общении правила вежливости;
- контролировать свои действия в коллективной работе;
- понимать содержание вопросов и воспроизводить вопросы;
- следить за действиями других участников в процессе коллективной познавательной деятельности.

- принимать участие в работе парами и группами, используя речевые и другие коммуникативные средства, строить монологические высказывания, владеть диалогической формой коммуникации;
- допускать существование различных точек зрения, учитывать позицию партнера в общении;
- координировать различные мнения, приходить к общему решению в спорных вопросах;
- использовать правила вежливости в различных ситуациях;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- контролировать свои действия в коллективной работе и понимать важность их правильного выполнения (от каждого в группе зависит общий результат);
- задавать вопросы, использовать речь для передачи информации, для регуляции своего действия и

- принимать участие в работе парами и группами, используя для этого речевые и другие коммуникативные средства, строить монологические высказывания (в т.ч. с сопровождением аудиовизуальных средств), владеть диалогической формой коммуникации;
- допускать существование различных точек зрения, ориентироваться на позицию партнера в общении, уважать чужое мнение;
- координировать различные мнения и делать выводы, приходить к общему решению в спорных вопросах и проблемных ситуациях;
- свободно владеть правилами вежливости в различных ситуациях;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
- активно проявлять себя в коллективной работе, понимая важность своих действий для конечного

		<p>действий партнера;  – понимать необходимость координации совместных действий при выполнении учебных и творческих задач;  стремиться к пониманию позиции другого человека.</p>	<p>результата;  – задавать вопросы для организации собственной деятельности и координирования ее с деятельностью партнеров;  – стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; вставить на позицию другого человека.</p>
--	--	--	---

<b><i>Предметные универсальные учебные действия.</i></b>			
<b>Знания о физической культуре.</b>			
<p>Определять физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Выявлять различие в основных способах передвижения человека.</p> <p>Объяснять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>	<p>Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>	<p>Определять и характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Определять и предотвращать ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>	<p>Определять и характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>Определять и предотвращать ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.</p>

<p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.</p> <p>Знакомить с текстами по истории физической культуры.</p> <p>Знакомиться с упражнениями по воздействию на развитие основных физических качеств.</p>	<p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.</p> <p>Читать тексты по истории физической культуры.</p> <p>Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств. Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.</p>	<p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.</p> <p>Пересказывать тексты по истории физической культуры.</p> <p>Понимать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.</p> <p>Характеризовать показатели физического развития.</p> <p>Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.</p>	<p>Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий.</p> <p>Пересказывать тексты по истории физической культуры.</p> <p>Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.</p> <p>Характеризовать показатели физической подготовки.</p> <p>Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей выполнения физических упражнений.</p>
<b>Способы физкультурной деятельности.</b>			
<p>Составлять с помощью взрослых индивидуальный режим дня.</p> <p>Знакомство с комплексами упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p>	<p>Составлять и соблюдать индивидуальный режим дня.</p> <p>Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p>	<p>Планировать индивидуальный режим дня.</p> <p>Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p>	<p>Планировать индивидуальный режим дня.</p> <p>Отбирать и составлять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток.</p>

<p>Оценивать свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.</p> <p>Измерять с помощью учителя индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.</p> <p>Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.</p>	<p>Оценивать свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур.</p> <p>Выбирать комплексы упражнений для формирования правильной осанки.</p> <p>Измерять с помощью учителя индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.</p> <p>Проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	<p>Оценивать свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур.</p> <p>Составлять комплексы упражнений для формирования правильной осанки.</p> <p>Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.</p> <p>Измерять показатели развития физических качеств.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>	<p>Оценивать свое состояние (ощущения) после закаливающих процедур.</p> <p>Составлять и использовать комплексы упражнений для формирования правильной осанки.</p> <p>Моделировать комплексы упражнений с учетом их цели: на развитие силы, быстроты, выносливости.</p> <p>Измерять индивидуальные показатели длины и массы тела, сравнивать их со стандартными значениями.</p> <p>Измерять частоту сердечных сокращений.</p> <p>Организовывать и проводить подвижные игры с элементами соревновательной деятельности.</p>
<b>Физическое совершенствование.</b>			
<p>Осваивать универсальные умения по самостоятельному выполнению упражнений в оздоровительных формах занятий.</p>	<p>Осваивать универсальные умения контролировать величину нагрузки по частоте сердечных сокращений при выполнении упражнений на развитие физических качеств.</p>	<p>Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.</p>	<p>Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.</p> <p>Моделировать физические нагрузки для развития основных физических качеств.</p>

<p>Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений.</p> <p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Осваивать технику физических упражнений прикладной направленности.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Осваивать технику бега</p>	<p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений.</p> <p>Описывать технику разучиваемых акробатических упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Описывать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>	<p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>	<p>Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!».</p> <p>Осваивать технику акробатических упражнений и акробатических комбинаций.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании акробатических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
--	--	---	--

<p>различными способами. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений. Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Осваивать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при</p>	<p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений . Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. Описывать технику беговых упражнений.  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.  Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений.  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и</p>	<p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений.  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.  Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и</p>	<p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений прикладной направленности.  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении беговых упражнений.  Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении беговых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений.  Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и</p>
--	---	--	--

<p>выполнении бросков большого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча. Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности. Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p>	<p>группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.  Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.  Взаимодействовать в парах и</p>	<p>группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.  Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Описывать технику бросков большого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча.  Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.  Осваивать универсальные</p>	<p>группах при разучивании и выполнении прыжковых упражнений.  Проявлять качества силы, быстроты, выносливости и координации при выполнении прыжковых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.  Соблюдать правила техники безопасности при выполнении бросков большого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении бросков большого мяча.  Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча.  Моделировать технику</p>
---	---	---	--

<p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества.</p>	<p>группах при выполнении технических действий в подвижных играх.</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества.</p>	<p>умения в самостоятельной организации и проведении подвижных игр.</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества.</p>	<p>выполнения игровых действий в зависимости от изменения условий и двигательных задач.</p> <p>Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.</p> <p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.</p> <p>Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p> <p>Осваивать умения выполнять универсальные физические упражнения.</p> <p>Развивать физические качества.</p>
--	---	---	--

