Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

«Средняя школа – интернат Министерства иностранных дел

Российской Федерации»

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом директора ФГБОУ

«Средняя школа – интернат

МИД России»

От 29 августа 2023г.

№ 142 - ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности

«Спортивные игры»

Направление:

Спортивно- оздоровительное

для \_\_\_\_\_\_3 «А», «Б» \_\_\_\_\_\_\_\_ класса

\_\_\_\_\_\_\_\_\_**базовый**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(уровень обучения)

Составитель:

Лукина Татьяна Борисовна учитель физической культуры

высшая квалификационная категория

2023

**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного курса внеурочной деятельности «Спортивные игры» для обучающихся 1 класса разработана в соответствии с требованиями ФГОС НОО (приказ Минпросвещения РФ от 31.05.2021 г. № 286) к результатам освоения программы начального общего образования на основе:

- основной образовательной программы начального общего образования ФГБОУ «Средняя школа-интернат МИД России»,

- положения о рабочей программе по учебному курсу учителя-предметника ФГБОУ «Средняя школа-интернат МИД России», утвержденного директором школы 01.06.2023г.

- федеральной рабочей программы по физической культуре

- плана внеурочной деятельности школы на 2023-2024 уч. год

- календарного годового учебного графика школы на 2023-2024 уч. год.

**Формы учёта программы воспитания в рабочей программе по физической культуре**

Рабочая программа учебного предмета «Спортивные игры» ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Программе воспитания ФГБОУ «Средняя школа-интернат МИД России»

Рабочая программа воспитания ФГБОУ «Средняя школа-интернат МИД России» реализуется в том числе и через использование воспитательного потенциала уроков физическая культура. Эта работа осуществляется в следующих формах:

• Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.

• Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:

- демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности

- использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы

• Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в классе

• Инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, лицам.

• Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

• Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.

• Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.

• Выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.

• Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

• Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.

При создании программы учитывались 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.

**Целью** образования по спортивным играм в начальной школе является укрепление и сохранение здоровья школьников, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности и формирование у обучающихся основ здорового образа жизни.

Развивающая ориентация учебного предмета «Спортивные игры» заключается в формировании у младших школьников 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 для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания курса «Спортивные игры». 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 школьников к выполнению комплекса ГТО в структуру программы в раздел «Спортивные игры» вводятся образовательные модули «Легкая атлетика» и «Русская лапта».

Данные модулей позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля "Легкая атлетика" и модуля «Русская лапта» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения за первый класс.

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

**Место курса внеурочной деятельности «Спортивные игры»**

**в учебном плане школы**

В соответствии с ООП ФГБОУ «Средняя школа-интернат МИД РФ» третий час предмета «физическая культура» реализован образовательной организацией за счёт часов внеурочной деятельности «Спортивные игры». Курс рассчитан на 1 час в неделю в 1-4 классах.

**УМК** включает в себя: Электронные-ресурсы: <https://resh.edu.ru/subject/9/1/>; http//www «ГТО. РУ»;

**Формы** проведения физкультурной деятельности:

1)урок;

2)соревнования;

3)спортивные игры;

4)спортивные праздники.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

3 КЛАСС

***Знания о физической культуре.***

Знания о легкой атлетике. Простейшие сведения из истории возникновения и развития легкой атлетики. Виды легкой атлетики (бег, прыжки, метания, спортивная ходьба).

Простейшие правила проведения соревнований по легкой атлетике (бег, прыжки, метания). Словарь терминов и определений по легкой атлетике. Общие сведения о размерах стадиона и легкоатлетического манежа. Занятия легкой атлетикой (бегом) как средство укрепления здоровья, закаливания организма человека и развития физических качеств. Знания о лапте. История зарождения лапты. Современное состояние лапты в Российской Федерации. Разновидности лапты. Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре.

***Способы самостоятельной деятельности.*** Режим дня , правила его составления и соблюдения. Правила личной гигиены во время занятий на улице и в спортивном зеле. Первые внешние признаки утомления во время занятий легкой атлетикой. Способы самоконтроля за физической нагрузкой.

***Физическое совершенствование.***

*Оздоровительная физическая культура*. Физические упражнения для физкультминуток и утренней зарядки. Подвижные игры и правила их проведения.

*Спортивно-оздоровительная физическая культура*. Правила поведения на занятиях , подбора одежды для занятий в спортивном зале и на открытом воздухе.Организация и проведение игр специальной направленности.

*Лёгкая атлетика.* Равномерная ходьба и равномерный бег. Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости). Правила использования спортивного инвентаря для занятий различными видами легкой атлетики. Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения для начального обучения основам техники бега, прыжков и метаний. Тестирование уровня физической подготовленности в беге, прыжках и метания.

*Подвижные и спортивные игры.* Подвижные игры с элементами различных видов легкой атлетики (на стадионе и в спортивном зале):игры, включающие элемент соревнования и не имеющие сюжета; игры сюжетного характера; командные игры; беговые эстафеты; сочетание беговых и прыжковых дисциплин; сочетание беговых видов и видов метаний; сочетание прыжков и метаний; сочетание бега, прыжков и метаний. Подвижные игры с элементами лапты: "Баскетбол с теннисным мячом", "Перестрелки", «Пионербол» и другие. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебные игры в лапту по упрощенным правилам. Малые (упрощенные) игры в лапту. Участие в соревновательной деятельности.

*Прикладно-ориентированная физическая культура.* Развитие основных физических качеств средствами спортивных и подвижных игр. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

**Метапредметные связи предмета**

Изучение учебного предмета имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. 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 младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ» НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты освоения учебного предмета «Спортивные игры» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации 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.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе:

\*проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через достижения российских спортсменов через достижения отечественных легкоатлетов на мировых чемпионатах и первенствах, чемпионатах Европы и Олимпийских играх;

\*проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения и взаимодействия в достижении общих целей при совместной деятельности на принципах доброжелательности и взаимопомощи;

\*проявление дисциплинированности, трудолюбия и упорства достижении поставленных целей на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

\*проявление осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по легкой атлетике;

\*проявление готовности соблюдать правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях при занятии легкой атлетикой;

\*проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях, способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами легкой атлетики;

\*понимание установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

\*проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через знание истории и современного состояния развития «Русской лапты»;

\*проявление уважительного отношения к сверстникам, культуры общения

и взаимодействия, нравственного поведения, проявление положительных качеств личности, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам, решение проблем в процессе занятий лаптой;

\*понимание ценности здорового и безопасного образа жизни, усвоение правил безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях при занятии лаптой.

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании **третьего года обучения** учащиеся научатся:

***познавательные УУД****:*

сравнивать способы передвижения в различных видах легкой атлетики ( ходьбы, бега, прыжков и метаний), находить между ними общие и отличительные признаки;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами лапты и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности, выбирать успешную стратегию и тактику в различных ситуациях;

***коммуникативные УУД:***

воспроизводить названия разучиваемых физических упражнений и их исходные положения;

высказывать мнение о положительном влиянии занятий спортивными играми, оценивать влияние гигиенических процедур на укрепление здоровья;

управлять эмоциями во время занятий легкой атлетикой и проведения подвижных игр, соблюдать правила поведения и положительно относиться к замечаниям других учащихся и учителя;

обсуждать правила проведения подвижных игр, обосновывать объективность определения победителей;

***регулятивные УУД:***

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;

умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты отражают достижения учащихся в овладении основами содержания учебного курса «Спортивные игры»: системой знаний, способами самостоятельной деятельности, физическими упражнениями и техническими действиями из базовых видов спорта. Предметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

К концу обучения в первом классе обучающийся научится:

\*понимание роли и значении занятий легкой атлетикой для укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств;

\*сформированность знаний по истории возникновения и развития легкой атлетики;

\*сформированность представлений о различных видах бега, прыжков и метаний, их сходстве и различиях, простейших правилах проведения соревнований по легкой атлетикой;

\*сформированность навыков: безопасного поведения во время тренировок и соревнований по легкой атлетике и в повседневной жизни, личной гигиены при занятиях легкой атлетикой;

\*умение составлять и выполнять самостоятельно простейшие комплексы общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений для занятий различными видами легкой атлетики;

\*способность выполнять технические элементы легкоатлетических упражнений (бег, прыжки, метания);

\*умение организовывать и проводить подвижные игры, эстафеты с элементами легкой атлетики во время активного отдыха и каникул;

\*умение определять внешние признаки утомления во время занятий легкой атлетикой, особенно в беговых видах;

\*понимать роль и значения занятий лаптой в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

\*знать правила проведения соревнований по лапте в учебной, соревновательной и досуговой деятельности;

\*освоить и демонстрировать основные технические приемы в защите и нападении игры "лапта";

\*соблюдать правила личной гигиены и ухода за спортивным инвентарем и оборудованием, правил подбора спортивной одежды и обуви для занятий;

\*уметь осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой в процессе занятий лаптой, применять средства восстановления организма после физической нагрузки;

\*уметь демонстрировать общеразвивающие специальные и имитационные упражнения для развития физических качеств, базовых технических приемов;

\*участие в соревновательной деятельности внутри школьных этапов различных соревнований, участие в соревнованиях по лапте;

\*способность выполнять тестовые упражнения по физической подготовленности в беге, прыжках и метаниях;

\* знать правила подвижных и спортивных игр.

**Виды деятельности обучающихся:**

1)игровые упражнения;

2)работа в парах/ группах по образцу и самостоятельно;

3)практические работы по определению результата физической подготовки;

4)работа с таблицей оценки результата нормативов ГТО.

**Система оценки достижения планируемых результатов в 3 классе** включает процедуры внутренней и внешней оценки.

Внутренняя оценка включает:

* 1. Стартовую диагностику
  2. текущую и тематическую оценку
  3. промежуточную аттестацию
  4. итоговую оценку
  5. психолого-педагогическое наблюдение
  6. внутренний мониторинг образовательных достижений обучающихся.

Внешняя оценка включает:

независимую оценку качества подготовки обучающихся.

Изучение курса внеурочной деятельности ведется на безотметочной основе. Для оценки достижения планируемых результатов используются:

1) самооценка

2) педагогическое наблюдение

3) промежуточная аттестация и итоговая оценка в форме зачет/незачет

**Тематическое планирование 3 класс (34ч)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Программные учебные разделы и темы** | **Количество часов** | **Характеристика деятельности учащихся** | ЭОР |
| **Знания**  **о физической культуре** | В рамках других уроков | *Тема «Что понимается под «Спортивными играми»* (рассказ учителя, просмотр видеофильмов и иллюстративного материала):  \*обсуждают рассказ учителя о видах спорта и занятиях физическими упражнениями, которым обучают школьников на занятиях спортивных игр, рассказывают об известных видах спорта и проводят примеры упражнений, которые умеют выполнять;  \*проводят сравнение между современными физическими упражнениями и трудовыми действиями древних охотников, устанавливают возможную связь между ними.  \*простейшие сведения из истории возникновения и развития легкой атлетики. Виды легкой атлетики (бег, прыжки, метания, спортивная ходьба);  \* знания о лапте. История зарождения лапты. Современное состояние лапты в Российской Федерации. Разновидности лапты. Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре. | [*https://resh.edu.ru/subject/9/1/*](https://resh.edu.ru/subject/9/1/)  http://ruslapta.ru/ |
| **Способы самостоятельной деятельности** | В рамках других уроков | *Тема «Режим дня школьника»* (беседа с учителем, использование иллюстративного материала):  \* Режим дня , правила его составления и соблюдения. Правила личной гигиены во время занятий на улице и в спортивном зеле. Первые внешние признаки утомления во время занятий легкой атлетикой. Способы самоконтроля за физической нагрузкой. | *https://resh.edu.ru/subject/9/1/* |
| **Физическое совершенствование**  *Оздоровительная физическая культура* | **34 ч** | *Тема «Личная гигиена и гигиенические процедуры*» (беседа с учителем*,* использование видеофильмов и иллюстративного материала):  \* знакомятся с понятием «личная гигиена», обсуждают положительную связь личной гигиены с состоянием здоровья человека;  *Тема «Утренняя зарядка и физкультминутки в режиме дня школьника» (рассказ учителя, использование видеофильмов, иллюстративного материала):*  \* обсуждают рассказ учителя о физкультминутке как комплексе физических упражнений, её предназначении в учебной деятельности учащихся младшего школьного возраста;  \* устанавливают положительную связь между физкультминутками и предупреждением утомления во время учебной деятельности, приводят примеры её планирования в режиме учебного дня;  \* обсуждают рассказ учителя о пользе утренней зарядки, правилах выполнения входящих в неё упражнений;  \* уточняют название упражнений и последовательность их выполнения в комплексе;  \* разучивают комплекс утренней зарядки, контролируют правильность и последовательность выполнения входящих в него упражнений (упражнения для усиления дыхания  и работы сердца; для мышц рук, туловища, спины, живота и ног; дыхательные упражнения для восстановления организма); | [*https://resh.edu.ru/subject/9/1/*](https://resh.edu.ru/subject/9/1/)  http://ruslapta.ru/ |
| *Спортивно- оздоровительная физическая культура* |  | *Тема «Правила поведения на занятиях «спортивные игры»*  (учебный диалог):  \* знакомятся с правилами поведения на занятиях, требованиями к обязательному их соблюдению;  \* Правила безопасного поведения при занятиях легкой атлетикой на стадионе, в легкоатлетическом манеже (спортивном зале) и на местности;  \* Правила использования спортивного инвентаря для занятий различными видами легкой атлетики;  \* Правила использования спортивного инвентаря для занятий «Лаптой»;  \*культура движений, обогащение двигательного опыта средствами спортивных игр с общеразвивающей и корригирующей направленностью; | *https://resh.edu.ru/subject/9/1/* |
| *Лёгкая атлетика* |  | *Тема «Равномерное передвижение в ходьбе и беге»* (объяснение учителя, рисунки, видеоматериалы):  \*Равномерная ходьба и равномерный бег. Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости). Правила использования спортивного инвентаря для занятий различными видами легкой атлетики. Общеразвивающие, специальные и имитационные упражнения для начального обучения основам техники бега, прыжков и метаний. | *https://resh.edu.ru/subject/9/1/* |
| *Подвижные*  *и спортивные игры* |  | *Тема «Подвижные и спортивные игры» (*объяснение учителя, видеоматериал):  \* Подвижные игры с элементами различных видов легкой атлетики (на стадионе и в спортивном зале):игры, включающие элемент соревнования и не имеющие сюжета; игры сюжетного характера; командные игры; беговые эстафеты; сочетание беговых и прыжковых дисциплин; сочетание беговых видов и видов метаний; сочетание прыжков и метаний; сочетание бега, прыжков и метаний. Подвижные игры с элементами лапты: "Баскетбол с теннисным мячом", "Перестрелки", «Пионербол» и другие. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебные игры в лапту по упрощенным правилам. Малые (упрощенные) игры в « Русскую лапту». Участие в соревновательной деятельности;  \* *Подвижные игры и* правила их проведения. Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты;  \*разучивают игровые действия и правила подвижных игр, обучаются способам организации и подготовки игровых площадок;  \*обучаются самостоятельной организации и проведению подвижных игр (по учебным группам);  \*играют в разученные подвижные игры. | [*https://resh.edu.ru/subject/9/1/*](https://resh.edu.ru/subject/9/1/)  http://ruslapta.ru/ |
| *Прикладно-ориентированная физическая культура* |  | *Рефлексия:* демонстрация прироста показателей физических качеств к нормативным требованиям комплекса ГТО | *https://resh.edu.ru/subject/9/1/* |
| **Итого** | **34ч.** |  |  |

**Календарно-тематическое планирование** **по предмету «Спортивные игры»**

**34 часа в год, 1 час в неделю**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Планируемые сроки прохождения программы | Фактические сроки (коррекция) | | | |
| 3 А | | 3 Б | |
|
| 1 | Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по спортивным играм.  Виды легкой атлетики (бег, прыжки, метание, спортивная ходьба). | **01-08.09** |  | |  | |
| 2 | Бег. ОРУ. Игровые действия и правила игры «Лапта». Подвижные игры с элементами лапты. Развитие двигательных качеств. | 11-15.09 |  | |  | |
| 3 | Бег. ОРУ. Подвижные игры с элементами лапты. Развитие двигательных качеств. | 18-22.09 |  | |  | |
| 4 | Бег. ОРУ. Подвижные игры с элементами лапты. Развитие двигательных качеств. | 25-29.09 |  | |  | |
| 5 | Бег. ОРУ. Подвижная игра с элементами легкой атлетики. | 02-06.10 |  | |  | |
| 6 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание прыжков и метаний. | 09-13.10 |  | |  | |
| 7 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание беговых и прыжковых дисциплин. | 16-20.10 |  | |  | |
| 8 | Бег. ОРУ. Подвижная игра с элементами легкой атлетики. | 23-27.10 |  | |  | |
| 9 | Бег. ОРУ. Подвижная игра с элементами легкой атлетики. | **06-10.11** |  | |  | |
| 10 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание прыжков и метаний. | 13-17.11 |  | |  | |
| 11 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание беговых и прыжковых дисциплин. | 20-24.11 |  | |  | |
| 12 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание прыжков и метаний. | 27.11-01.12 |  |  | | |
| 13 | Бег. ОРУ Правила игры в Пионербол. Подвижная игра. | 04-08.12 |  |  | | |
| 14 | Бег. ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Развитие двигательных качеств. Подвижная игра. | 11-15.12 |  |  | | |
| 15 | Бег. ОРУ. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. Развитие двигательных качеств. Подвижная игра. | 18-22.12 |  |  | | |
| 16 | Бег. ОРУ. Передача мяча в парах через сетку. Подача мяча через сетку. Подвижная игра. | **08.-12.01** |  |  | | |
| 17 | Бег. ОРУ. Передача мяча в парах через сетку. Подача мяча через сетку. Подвижная игра. | 15-19.01 |  |  | | |
| 18 | Бег. ОРУ. Правила игры в Пионербол. Подвижная игра. | 22-26.01 |  |  | | |
| 19 | Бег. ОРУ. Правила игры в Пионербол. Подвижная игра. | 29.01-02.02 |  |  | | |
| 20 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание беговых и прыжковых дисциплин. | 05-09.02 |  |  | | |
| 21 | Бег. ОРУ. Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств. | 12-16.02 |  |  | | |
| 22 | Бег. ОРУ. Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств. | 18-23.02 |  |  | | |
| 23 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание прыжков и метаний. | 26.02-01.03 |  |  | | |
| 24 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание беговых и прыжковых дисциплин. | 04-08.03 |  |  | | |
| 25 | Бег. ОРУ. Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств. | 11-15.03 |  |  | | |
| 26 | Бег. ОРУ. Эстафеты сочетание прыжков и метаний. | **25-29.03** |  |  | | |
| 27 | Знания о лапте. История зарождения лапты. Современное состояние лапты в Российской Федерации. Подача мяча. | 01-05.04 |  |  | | |
| 28 | Бег. ОРУ. Подвижные игры с элементами лапты. | 08-12.04 |  | | |  |
| 29 | Бег. ОРУ. Эстафета с предметами, встречные эстафеты. Развитие двигательных качеств. | 15-19.04 |  | | |  |
| 30 | Бег. ОРУ. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебная игра в лапту по упрощенным правилам. | 22-26.04 |  | | |  |
| 31 | Бег. ОРУ. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебная игра в лапту по упрощенным правилам. | 29.04-03.05 |  | | |  |
| 32 | Бег. ОРУ. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебная игра в лапту по упрощенным правилам. | 06-10.05 |  | | |  |
| 33 | Бег. ОРУ. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебная игра в лапту по упрощенным правилам. | 13-17.05 |  | | |  |
| 34 | Бег. ОРУ. Специально-подготовительные упражнения для начального обучения технике игры в лапту. Учебная игра в лапту по упрощенным правилам. | 20-24.05 |  | | |  |
|  | Итого: 34ч. |  |  | | |  |

**График прохождения контрольных зачетов и (или) практической части программы по физической культуре в 3-ых классах**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Перечень работ | Количество работ | | | | Всего |
| 1 четверть | 2  четверть | 3 четверть | 4  четверть |  |
| Контрольный зачет | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 (зачет) |

**УЧЕБНЫЕ НОРМАТИВЫ**



**СОГЛАСОВАНО**

Протокол заседания школьного

методического объединения учителей

Физической культуры и ОБЖ

название цикла предметов

от 25 августа 2023г.

№ 1

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. Директора по УВР

Бурдина П.П.

29 августа 2023г.