Филиал муниципального общеобразовательного учреждения
Богдашкинской средней школы в селе Петровское
(Филиал МОУ Богдашкинской СШ в селе Петровское)

Рассмотрено и одобрено:	Согласовано:	Утверждено:
на заседании школьного методического объединения объединение учителей музыки, ИЗО, технологии, ОБЖ, физической культуры, ОРКСЭ, ОДНКНР Протокол от 25 августа 2023 года № 1 Руководитель школьного методического объединения _____/Неласова Л.П../	Заместитель директора по УВР _____ Белова Л.А. 28 августа 2023 года	Директор школы _____ Антонова С.В. Приказ от 29 августа 2023года № 196 Антонова Светлана Викторовна Подписано цифровой подписью: Антонова Светлана Викторовна Дата: 2023.10.05 20:06:11 +04'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

уровень образования начальное общее образование

название предметной области физическая культура

название предмета физическая культура

класс 3

количество часов в год 102 , в неделю 3 часа

разработчик Маракаев Александр Маркович, высшее, 1 категория

2023-2024 учебный год

Село Петровское

Филиал муниципального общеобразовательного учреждения
Богдашкинской средней школы в селе Петровское
(Филиал МОУ Богдашкинской СШ в селе Петровское)

Рассмотрено и одобрено: на заседании школьного методического объединения объединение учителей музыки, ИЗО, технологии, ОБЖ, физической культуры, ОРКСЭ, ОДНКНР Протокол от 25 августа 2023 года № 1 Руководитель школьного методического объединения _____/Неласова Л.П../	Согласовано: Заместитель директора по УВР _____ Белова Л.А. 28 августа 2023 года	Утверждено: Директор школы_____ Антонова С.В. Приказ от 29 августа 2023года № 196

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

уровень образования начальное общее образование

название предметной области физическая культура

название предмета физическая культура

класс 3

количество часов в год 102 , в неделю 3 часа

разработчик Маракаев Александр Маркович, высшее, 1 категория

2023-2024 учебный год

Село Петровское

Планирование рабочей программы составлено на основе основной образовательной программы начального общего образования МОУ Богдашкинской

Планируемые результаты освоения учебного предмета

ФГОС начального общего образования устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета:

– личностным;

– метапредметным;

– предметным.

Планируемые результаты личностные и метапредметные по учебному предмету «Физическая культура»

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

У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические и исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы умения самоорганизации и самоконтроля как часть регулятивных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические и исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

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;

выполнять небольшие сообщения по истории возникновения подвижных игр и спортивных соревнований, планированию режима дня, способам измерения показателей физического развития и физической подготовленности.

У обучающегося будут сформированы умения самоорганизации и самоконтроля как часть регулятивных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические и исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

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 триместрам.

У обучающегося будут сформированы умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

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;

выполнять небольшие сообщения по результатам выполнения учебных заданий, организации и проведения самостоятельных занятий физической культурой.

У обучающегося будут сформированы умения самоорганизации и самоконтроля как часть регулятивных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы следующие базовые логические и исследовательские действия как часть познавательных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы умения общения как часть коммуникативных универсальных учебных действий:

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.

У обучающегося будут сформированы умения самоорганизации и самоконтроля как часть регулятивных универсальных учебных действий:

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.

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

Воспитательный потенциал урокапредполагает следующее:

-установление доверительных отношений между педагогическим работником и его обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя через живой диалог, привлечение их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизацию их познавательной деятельности через использование занимательных элементов, историй из жизни великих ученых, писателей;

-побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизациичерез знакомство и в последующем соблюдение «Правил внутреннего распорядка обучающихся», взаимоконтроль и самоконтроль обучающихся;

- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения, развитие умения совершать правильный выбор;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности;

- интеллектуальных игр;
- учебных дискуссий,
- групповой работы или работы в парах;

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний ,налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

- организация кураторства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного

отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения (участие в конкурсах, соревнованиях).

№	Тема	Количество часов
1	**Легкая атлетика и подвижные игры (ГТО)**	**25**
1.1	Урок 1. Инструктаж для учащихся по мерам безопасности при занятиях лёгкой атлетикой. Разучить технику высокого старта.	1
1.2	Закрепление и совершенствование технику высокого старта. Тест ГТО 30 м	1
1.3	Ознакомление прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	1
1.4	Разучивание прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»	1
1.5	Закрепление прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» Тест ГТО	1
1.6	Совершенствование и учет прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» Тест ГТО 1 ч	1
1.7	Ознакомление и разучивание метание мяча в цель с 5 м.	1
1.8	Закрепление учет метание мяча в цель с 5 м.	1
1.9	Учет метание мяча в цель с 5 м. Сдача норматива ГТО.	1
1.10	зучивание и закрепление метание набивного мяча сидя из-за головы	1
1.11	Совершенствование и учет метания набивного мяча сидя из-за головы	1
1.12	Круговая эстафета	1
1.13	Измерение длины и массы тела, показатели физических качеств. Измерение длины и массы тела, показатели физических качеств. Подвижная игра «Волк во рву»	1
1.14	Круговая эстафета	1
1.15	Разучивание челночного бега 3х10м	1
1.16	Закрепление челночного бега 3х10м	1
1.17	Совершенствование челночного бега 3х10м. Сдача норматива ГТО	1
1.18	Разучивание техники прыжка в высоту с прямого разбега (4-5 шагов)	1
1.19	Закрепление техники прыжка в высоту с прямого разбега (4-5 шагов)	1
1.20	Закрепление техники прыжка в высоту с прямого разбега (4-5 шагов)	1
1.21	Комплекс упражнений, направленный на развитие координации. Прыжок в длину способом «согнув ноги». 1 ч	1
1.22	Метание малого мяча на дальность. Подвижная игра «Третий лишний»	1
1.23	Метание м\м на точность. Подвижная игра «Передал-садись». Развитие силы	1
1.25	Развитие скоростно – силовых способностей. Подвижная игра «Линейная эстафета»	1
1.25	Приём нормативов комплекса ГТО	1
2	**Подвижные игры с элементами спортивных игр (ГТО)**	**38**
2.1	Инструктаж для учащихся по мерам безопасности при занятиях подвижными играми.	1
2.2	Ознакомление с техникой удара внутренней стороной стопы по неподвижному мячу	1
2.3	Разучивание и закрепление техники удара внутренней стороной стопы по	1

	неподвижному мячу	
2.4	Закрепление техники удара внутренней стороной стопы по неподвижному мячу	1
2.5	Совершенствование техники удара внутренней стороной стопы по неподвижному мячу	1
2.6	Ознакомление с техникой удара по катящемуся навстречу мячу	1
2.7	Разучивание техники удара по катящемуся навстречу мячу	1
2.8	Закрепление техники удара по катящемуся навстречу мячу	1
2.9	Совершенствование техники удара по катящемуся навстречу мячу	1
2.10	Ознакомление с техникой остановки катящегося мяча	1
2.11	Разучивание техники остановки катящегося мяча	1
2.12	Закрепление техники остановки катящегося мяча	1
2.13	Совершенствование техники остановки катящегося мяча	1
2.14	Комплекс упражнений координационной направленности. Подвижная игра «Перестрелка»	1
2.15	Смыкание приставными шагами в шеренге. Ходьба противоходом. Подвижная игра «Воробьи, вороны»	1
2.16	Совершенствование техники передвижения, остановок, поворотов и стоек.	1
2.17	Разучивание техники приема и передача мяча сверху двумя руками	1
2.18	Закрепление техники приема и передача мяча сверху двумя руками.	1
2.19	Совершенствование техники приема и передача мяча сверху двумя руками.	1
2.20	Инструктаж по ТБ .История зарождения игры баскетбол.	1
2.21	Ознакомление с техникой ловли и передачи мяча двумя руками от груди в парах	1
2.22	Разучивание техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди в парах	1
2.23	Закрепление и совершенствование техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди в парах	1
2.24	Ознакомление и разучивание техники ведения мяча на месте, шагом	1
2.26	Закрепление техники ведения мяча на месте, шагом	1
2.27	Обучение и разучивание техники ведения мяча по прямой, с изменением направления	1
2.28	Закрепление и совершенствование техники ведения мяча по прямой, с изменением направления	1
2.29	Броски набивного мяча(1кг.) снизу вперёд-вверх. Подвижная игра «Передал-садись»	1
2.30	Броски набивного мяча(1кг.)из – за головы на дальность. Подвижная игра «Перестрелка».	1
2.31	Обучение техники броска мяча двумя руками снизу	1
2.32	Разучивание техники броска мяча двумя руками снизу	1
2.33	Закрепление техники броска мяча двумя руками снизу	1
2.34	Совершенствование техники броска мяча двумя руками снизу	1
2.35	Ведение баскетбольного мяча. Равномерный бег до 4 мин. Подвижная игра «Невод».	1
2.36	Ведение баскетбольного мяча. Равномерный бег до 4 мин. Подвижная игра «Невод».	1
2.37	Обучение броску баскетбольного мяча от груди двумя руками. Ведение баскетбольного мяча «змейкой». Подвижная игра «Пингвины с мячом»	1
2.38	Обучение броску баскетбольного мяча от груди двумя руками. Ведение баскетбольного мяча «змейкой». Подвижная игра «Пингвины с мячом»	1
3	**Гимнастика с основами акробатики (ГТО)**	**21**

3.1	Инструктаж для учащихся по мерам безопасности на уроках гимнастики	1
3.2	Разучивание 2-3 кувырка вперед	
3.3	Закрепление 2-3 кувырка вперед	1
3.4	Совершенствование 2-3 кувырка вперед	1
3.5	Учет 2-3 кувырка вперед	1
3.6	Разучивание стойки на лопатках из упора присев	1
3.7	Закрепление и совершенствование стойки на лопатках из упора присев	1
3.8	Закрепление и совершенствование стойки на лопатках из упора присев. Тест ГТО гибкость	1
3.9	Разучивание из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев	1
3.10	Разучивание из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев	1
3.11	Закрепление из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев	1
3.12	Совершенствование из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев	1
3.13	Учет из стойки на лопатках согнув ноги, перекат вперед в упор присев. Тест ГТО	1
3.14	Разучивание «мост» из положения лежа на спине	1
3.15	Закрепление «мост» из положения лежа на спине	1
3.15	Совершенствование «мост» из положения лежа на спине .Тест ГТО отжимание	1
3.16	Ознакомление с лазанием по канату произвольным способом	1
3.17	Разучивание лазания по канату произвольным способом	1
3.18	Разучивание и закрепление лазания по канату произвольным способом	1
3.19	Совершенствование лазания по канату произвольным способом	1
3.20	Учет лазания по канату произвольным способом	1
3.21	Упражнения на формирование правильной осанки. Подвижная игра «Пингвины с мячом»	1
4	**Лыжная подготовка и подвижные игры на воздухе (ГТО)**	**18**
4.1	Инструктаж по ТБ. Ознакомление с техникой передвижения скользящим шагом	
4.2	Разучивание техники передвижения скользящим шагом	1
4.3	Закрепление техники передвижения скользящим шагом	1
4.4	Закрепление техники передвижения скользящим шагом	1
4.5	Совершенствование техники передвижения скользящим шагом	1
4.6	Ознакомление техникой передвижения попеременным двухшажным ходом	1
4.7	Разучивание техники передвижения попеременным двухшажным ходом	1
4.8	Закрепление техники передвижения попеременным двухшажным ходом	1
4.9	Закрепление техники передвижения попеременным двухшажным ходом	1
4.10	Совершенствование техники передвижения попеременным двухшажным ходом	1
4.11	Ознакомление поворота переступанием на месте и в движении	1
4.12	Разучивание поворота переступанием месте и в движении	1
4.13	Закрепление поворота переступанием месте и в движении	1
4.14	Совершенствование поворота переступанием месте и в движении	1
4.15	Ознакомление подъема на склон 15^0 -20^0 «лесенкой», «елочкой», и спуск в низкой стойке, торможение «плугом»	1

4.16	Разучивание подъема на склон 15^0 -20^0 «лесенкой», «елочкой» и спуск в низкой стойке, торможение «плугом»	1
4.17	Закрепление подъема на склон 15^0 -20^0 «лесенкой», «елочкой» и спуск в низкой стойке, торможение «плугом»	1
4.18	Совершенствование подъема на склон 15^0 -20^0 «лесенкой», «елочкой» и спуск в низкой стойке, торможение «плугом»	1
	Итого	**102**