

Пояснительная записка

К тематическому планированию по физической культуре для учащихся 2, 3, 4 класса

Тематическое планирование составлено на основе учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов»(В.И.Лях, А.А.Зданевич.) и является частью Федерального учебного плана для образовательных учреждений РФ .

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

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

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре во 2 3 4 классе

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
1.	Базовая часть	58
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Подвижные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкоатлетические упражнения	12
1.5	Кроссовая подготовка	10
2.	Вариативная часть	20
2.1	Подвижные игры на основе с/и	44
	Итого :	102

Календарно - тематическое планирование по физической культуре

№	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Вид контроля	Д/задание	Дата проведения	
							план	факт
1	Легкая атлетика 12 часов	Ходьба и бег.	2 ч.	Построение , перестроение . Разновидности ходьбы . Ходьба с преодолением препятствий . Бег с ускорением от 10 до 20 м. Комплекс ОРУ №1(в движении по кругу).	Текущий	Комплекс ОРУ №1 .		

				Инструктаж по ТБ . П/И «Пятнашки»				
2				Построение ,перестроение . Разновидности ходьбы . Челночный бег . Бег с ускорением 20 м . Комплекс ОРУ№1 . Бег 30 м. П\и. «К своим флажкам».	Текущий	Комплекс ОРУ№1 .		
3		Прыжки	2 ч.	Построение , перестроение . . Прыжки с поворотом на 180 градусов . Прыжок в длину с места . Прыжок в длину с разбега 3-5 шагов . Челночный бег 3/10 м. П\и. «Прыгающие воробьишки».	Текущий	Комплекс орУ№1 .		
4				Построение , перестроение . Прыжки с высоты до 40 см.. Прыжок в длину с места . Прыжок в длину с разбега 3-5 шагов . Челночный бег 3/10 м. Эстафеты .	Текущий	Комплекс ОРУ№1 .		
5		Метание	2 ч.	Построение	Текущий	Комплекс		

				,перестроение , ходьба с заданием , бег , ОРУ №1 . Метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель (2/2) с расстояния 4-5 м. Эстафеты с мячом . П\и. «Защита укрепления».		ОРУ№1.		
6				Построение и перестроение . Метание набивного мяча. Эстафеты с мячом .П\и. «Пятнашки».	Текущий	Комплекс ОРУ№1 .		
7-8	Подвижные игры	Подвижные игры с бегом , прыжками .	2ч.	Построение , перестроение . П/и «К своим флажкам» , «Два мороза» . Эстафеты с мячом . Челночный бег 3/10 м. Чередование ходьбы и бега .	Текущий	Комплекс ОРУ№1 .		
9-10		Подвижные игры с бегом , прыжками и метанием .	2 ч .	Построение и перестроение , ходьба с заданием , бег , ОРУ№1 . П/и «Салки с мячом» , «Совушка» , «Зайцы в огороде» . 6-ти мин. бег . Равномерный бег 6 мин. Преодоление малых препятствий .	Текущий	Комплекс Ору№1 .		
11		Висы . Строевые	2ч.	Построение . Выполнение команды :		Комплекс ОРУ№1 .		

		упражнения .		«На два (четыре) шага разомкнись .» Ходьба бег с заданиями . ОРУ№1 . П/и «Змейка» .				
12				Построение . Вис стоя и лежа . В висе спиной к стенке поднимание согнутых и прямых ног . Перетягивание на перекладине .П/и .		Комплекс ОРУ№1 .		
13-16	Подвижные игры на основе баскетбола .	Ловля и передача мяча .	7 ч .	Построение и перестроение , ходьба , бег с заданием .Ловля и передача мяча в движении . Ведение на месте . Броски в цель (кольцо , щит , мишень). ОРУ№2 . П/и «Попади в обруч»		Комплекс ОРУ№2 .		
17-19				Построение и перестроение , ходьба , бег с заданием . Ведение на месте правой и левой рукой . Комбинации с мячом : броски в вверх , вниз с ударом об пол , ловля мяча одной , двумя руками , то же с приседанием . Игры .		Комплекс ОРУ№2 .		
20-	Подвижные	Подвижные	6 ч .	Построение и		Комплекс		

25	е игры .	игры с мячом, скакалкой .		перестроение ,ходьба , бег с заданием , равномерный бег , бег с ускорением . ОРУ№2 . Прыжки через длинную вращающуюся и короткую скакалку . П/и «Салки с мячом» , «Удочка « , «Два мороза» .		ОРУ№2 .		
26	Легкая атлетика .	Прыжки .	1 ч.	Построение . Строевые упражнения . Сочетание различных видов ходьбы ,обычный бег , бег с изменением направления движения по указанию учителя .ОРУ№2 .Прыжок с высоты до 40 см .Прыжок в высоту с разбега П/и»Бой петухов».		Комплекс ОРУ№2 .		
27		Метание .	2 ч.	Построение . Строевые упражнения . Сочетание различных видов ходьбы ,обычный бег , бег с изменением направления движения по указанию учителя .ОРУ№2 . Метание малого мяча в		Комплекс ОРУ№2 .		

				вертикальную 2/2 и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м . П/и «Охотники и утки».				
28				Построение . Строевые упражнения . Сочетание различных видов ходьбы ,обычный бег , бег с изменением направления движения по указанию учителя .ОРУ№2 . Метание малого мяча в вертикальную 2/2 и горизонтальную цель с расстояния 4-5 м . П/и «Охотники и утки».		Комплекс ОРУ№2 .		
29-36	Гимнастика с элементами акробатики .	Акробатика . Строевые упражнения .	8 ч .	Построение , перестроение . Размыкание и смыкание приставными шагами . Ходьба с заданием , равномерный бег . ОРУ№3 . Кувырок вперед , стойка на лопатках , согнув ноги . Из стойки на лопатках , согнув ноги , перекат вперед в упор присев . Кувырок в сторону . П/и «День ,ночь» .		Комплекс ОРУ№3 .		

37-41		Висы .	7 ч.	Построение , перестроение . Сочетание различных видов ходьбы , бега . ОРУ№3 . Вис стоя и лежа . В висе спиной к стенке поднимание согнутых и прямых ног . Вис на согнутых руках . Подтягивание в висе .		Комплекс ОРУ№3 .		
42-43				Построение , перестроение . Сочетание различных видов ходьбы , бега . ОРУ№3 . Вис стоя и лежа . В висе спиной к стенке поднимание согнутых и прямых ног . Вис на согнутых руках . Подтягивание в висе. П/и «Класс , смирно .»		Комплекс ОРУ№3 .		
44-45	Подвижные игры на основе баскетбола .	Ведение мяча на месте .	7 ч.	Построение , перестроение . Сочетание различных видов ходьбы , бега . ОРУ№3 .Ловля и передача мяча в движении .Ведение на месте .Броски в цель . П/и «Мяч соседу» .		Комплекс ОРУ№3 .		
46-				Построение ,		Комплекс		

50				перестроение . Сочетание различных видов ходьбы , бега . ОРУ№3 .Ловля и передача мяча в движении .Ведение на месте . Держание мяча , передачи на расстоянии , броски в процессе подвижных игр . Игра в мини- баскетбол . П/и «Передача мяча в колоннах».		ОРУ№3 .		
51-60	Кроссовая подготовка .		10 ч.	Чередование бега и ходьбы . Темп и ритм движений . Правильное дыхание . Преодоление горизонтальных препятствий . Специальные беговые упражнения .		Комплекс ОРУ№4 .		
61-67	Подвижные игры на основе футбола .	Ведение мяча внутренней частью стопы .	7 ч.	Передача мяча на месте .Остановка мяча стопой . П/и «Мяч капитану» , «Не дай мяч водящему» , эстафеты с элементами футбола .		Комплекс ОРУ№4 .		
68-75	Подвижные игры на основе волейбола	Передачи мяча двумя руками сверху и	8 ч.	Стойка игрока . Перемещение в стойке .Передачи мяча на месте . П/и		Комплекс ОРУ№5 .		

	.	снизу .		«Картошка» , «Охотники и утки» . Прием мяча снизу от сетки . Выполнение вариантов подач с 3-4 метров от сетки . Двусторонняя игра в волейбол по упрощенным правилам .				
76-77	Подвижные игры на основе баскетбола .	Ведение мяча в баскетболе .	2 ч.	Построение . Ходьба с заданием , равномерный бег . ОРУ№5(со скакалкой) . Ловля мяча в движении . Ведение мяча на месте правой и левой рукой . Броски в цель . П/и «Передача мяча в колоннах» . Эстафеты .		. Комплекс ОРУ№5 .		
78-79		Ведение мяча в баскетболе в движении .	3 ч.	Построение . Ходьба с заданием , равномерный бег . ОРУ№5(со скакалкой) . Ловля мяча в движении . Ведение мяча на месте правой и левой рукой по периметру зала . Броски в цель . П/и «Мяч водящему» .		Комплекс ОРУ№5 .		
80				Построение . Ходьба с		Комплекс		

				заданием , равномерный бег . Передачи мяча различными способами . Эстафеты с мячами . Сочетание танцевальных шагов . Ведение на месте . Игры .		ОРУ№5 .		
81		Бросок в кольцо в баскетболе .	3 ч.	Построение . Броски мяча в цель . П/и «Мяч в корзину» . Ведение мяча по периметру зала .		Комплекс ОРУ№5 .		
82- 83				Построение . Ходьба с заданием , равномерный бег . Броски мяча в кольцо на счет . Подвижные игры с элементами баскетбола .				
84- 86	Подвижны е игры .	Подвижные игры с мячом , скакалкой .	6 ч.	Построение . Ходьба с заданием , бег с ускорением .ОРУ№5 . Прыжки через скакалку . П/и «Удочка» , «Зайцы в огороде» , «Охотники и утки» .		Комплекс ОРУ№5 .		
87- 89		Подвижные игры с бегом , метанием ,		Построение . Ходьба с заданием , бег с ускорением .ОРУ№5 . Эстафеты с мячом . П/и		Комплекс ОРУ№5 .		

		прыжками .		«Лисы и куры» , «Точный расчет» , «Салки с мячом» .				
90-96	Подвижные игры на основе баскетбола .	Ведение мяча.	7 ч.	Построение . Ходьба с заданием , бег с ускорением .ОРУ№5. Ловля и передача мяча в движении . Ведение мяча на месте , по периметру зала . Броски в кольцо . П/и «Передал – садись» .		Комплекс ОРУ№5 .		
97-99	Гимнастика с элементами акробатики .	Акробатика .Строевые упражнения .	3 ч.	Построение , перестроение . Повороты на месте . Размыкание и смыкание приставными шагами . Перестроение из колонны по одному , в колонну по два . ОРУ№5 . Кувырок вперед , стойка на лопатках , согнув ноги . Перекат вперед в упор присев .П/и «Змейка» .		Комплекс ОРУ№5 .		
100-102	Легкая атлетика .	Бег по пересеченной местности .	3ч.	Построение ,перестроение . Повороты на месте .Разновидности ходьбы , бега . Бег с ускорением . ОРУ№5 . 6-		Комплекс ОРУ№5 .		

			ти минутный бег . П/и «К своим флажкам» .				
--	--	--	--	--	--	--	--