

ГБОУ ООШ № 18 г. Новокуйбышевска

446200, Самарская область, г. Новокуйбышевск, ул. Пирогова, д. 16-Б, тел. 6-26-58

РАССМОТРЕНО:

на заседании МО учителей
начальных классов

Протокол № 12

от «10» сентября 2014г.

«СОГЛАСОВАНО»

Зам. директора по УВР

Сафонова Н.В. Сафонова

«10» сентября 2014 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ ООШ №18

Исмаилова А.Р. Исмаилова

«10» сентября 2014 г.

Рабочая программа по физической культуре

Учитель и нач. классов: Сафонова Н.В., Сафонова Е.В., Исмаилова А.Р.,
Канайкина Е.П., Леоновой Т.Е., учителя 1 категории Заремочко Т.Е., учителя
высшей категории Рензобов А.Т.Д.

№	Дата	Тема урока	Использован ие образователь ных ресурсов	Характеристика деятельности ученика	Планируемые результаты в соответствии с ФГОС (УУД)	Форма контро ля	Дом ашн ее зада ние
1	2	3	4	5	6	7	8
Легкая атлетика и подвижные игры (22 ч.)							
1		Правила поведения на уроках ФК		Работа с подобным материалом	<p>Р. Формирование познавательного интереса. Умение следить и беречь свое здоровье.</p> <p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 20 м. Формируется понятие о здоровье, представление о здоровом образе жизни.</p> <p>К. Сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности.</p> <p>Л. Способность проявлять волю во время выполнения физических упражнений, трудолюбие, упорство в развитии физических качеств</p>	ФО	
2		Основные способы передвижений человека				РГ	
3		История возникновения ФК				ФО	
4		Предупреждения травматизма на занятиях ФК				ФО	
5		Бег и его разновидности				РГ	
6		Эстафетный бег				РГ	
7		Прыжки и их связь с беговыми упражнениями				РГ	
8		Прыжки на двух и одной ноге с продвижением вперед				РГ	
9		Прыжок в длину с места				РГ	
10		Челночный бег 3х 10м				РГ	
11		Преодоление полосы препятствий				РГ	
12		Метание- одно из древних физических упражнений				РП	
13		Метание в вертикальную цель				РП	
14		Легкая атлетика –				ФО	

		королева спорта					
15		Метание в горизонтальную цель				РП	
16		Как устроен человек				ФО	
17		Броски набивного мяча 0,5 кг				РП	
18		Прыжки через качающуюся скакалку				РГ	
19-20		Преодоление препятствий				РП	
21-22		Подвижные игры				РГ	
Гимнастика с основами акробатики (22 ч)							
23		История развития гимнастики		Работа с подобным материалом	<p>Р. Формирование познавательного интереса. Умение следить и беречь свое здоровье.</p> <p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться на две ноги. Формируется понятие о здоровье, представление о здоровом образе жизни.</p> <p>К. Сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности.</p> <p>Л. Способность проявлять волю во время выполнения физических упражнений, трудолюбие, упорство в развитии физических качеств</p>	ФО	
24		Осанка человека				ФО	
25		Положение «группировка»				РП	
26		Утренняя гимнастика				ФО	
27		Перекаты в «группировке»				РП	
28		Физкультурные минутки				РГ	
29-30		Лазанье по наклонной скамейке, стоя на коленях				ВК	
31-32		Лазанье по наклонной скамейке, в упоре присев				ВК	
33		Лазание по гимнастической стенке				ВК	
34		Режим дня школьника				ФО	
35		Преодоление препятствий				РП	
36-37		Перелезание через горку матов				РГ	
38-39		Вис лежа на низкой перекладине				ВК	
40		Как правильно ухаживать за своим телом				ФО	
41-42		Полоса препятствий		РГ			

43-44		Спортивные виды гимнастики				ФО	
Лыжная подготовка (20 ч)							
45		Повороты переступ вокруг пяток.		Работа с подобным материалом	<p>Р. Формирование познавательного интереса. Умение следить и беречь свое здоровье.</p> <p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться на две ноги. Формируется понятие о здоровье, представление о здоровом образе жизни.</p> <p>К. Сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности.</p> <p>Л. Способность проявлять волю во время выполнения физических упражнений, трудолюбие, упорство в развитии физических качеств</p>	РГ	
46		Передвижение скользящим шагом.				РГ	
47		Подъем в уклон.				РГ	
48		Основная стойка лыжника.				РГ	
49		Спуск с пологого склона.				РГ	
50		Поворот переступанием вокруг носков лыж.				РГ	
51		Торможение палками.				РГ	
52		Торможение падением.				РГ	
53		Совершенствование изученных способов.				РГ	
54		Скользящий шаг до 1 км.				РГ	
55		Совершенствование изученных способов				РГ	
56		Подъем в уклон				РГ	
57		Игра «Воротца»				РГ	
58		Скользящий шаг до 1 км				РГ	
59-60		Передвижение скользящим шагом				РГ	
61-62		Совершенствование спусков и подъемов		РГ			
63-64		Эстафеты и подвижные игры на лыжах.		РГ			
Легкая атлетика и подвижные игры (16 ч.)							
65		Закаливание организма		Работа с подобным материалом	<p>Р. Формирование познавательного интереса. Умение следить и беречь свое здоровье.</p>	ФО	
66		Бег из различных исходных положений.				РГ	
67		Прыжок в высоту с места				ВК	

		толчком двух ног			<p>П. Уметь правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью до 20 м.</p> <p>Формируется понятие о здоровье, представление о здоровом образе жизни.</p> <p>К. Сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности.</p> <p>Л. Способность проявлять волю во время выполнения физических упражнений, трудолюбие, упорство в развитии физических качеств</p>		
68		Прыжок в высоту с места толчком двух ног				ВК	
69		Прыжок в высоту с места толчком одной ноги.				ВК	
70		Прыжки в высоту с места толчком одной ноги на разную высоту.				ВК	
71		Физические качества человека				ФО	
72		Игра «Подними платок»				РГ	
73		Развитие физических качеств				ФО	
74		Спрыгивание и запрыгивание на горку матов				РГ	
75		Спрыгивание и запрыгивание на горку матов				РГ	
76		Спортивные игры				РГ	
77		Метание теннисного мяча на дальность				ВК	
78		Метание теннисного мяча на заданное расстояние				ВК	
79		Метание теннисного мяча на заданное расстояние				ВК	
80		Положение – «высокий старт»				ВК	
81		Бег на 30 м				РГ	
82		Подвижные игры и эстафеты		РГ			
83		Подвижные игры и эстафеты		РГ			

84		Подготовка к мониторингу				ФО	
85-86		Бег 100м				РГ	
87		Сдача на оценку: бег 100 м				ПР	
88-89		Бег 1000м				РГ	
90		Сдача на оценку: бег 1000 м				ПР	
91-92		Прыжки в длину с места				РГ	
93		Сдача на оценку: прыжки в длину с места				ПР	
94		Подтягивание (м) и подъем туловища (д)				РГ	
95		Сдача на оценку: подтягивание (м) и подъем туловища (д)				ПР	
96		Подвижные игры				РГ	