**Тематическое планирование уроков физической культуры (подвижные игры + плавание) в 3 классе**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 ч в неделю, всего 34 ч** № п/п  | **Тема урока**  | **Кол-во часов** | **Элементы содержания**  | **Требования к уровню знаний**  | **Характеристика деятельности учащихся**  | **Примерные планируемые результаты (УУД)**  |
| **Подвижные игры (7 ч)** |
| 1  | Занятия в осеннее время. Техника безопасности во время проведения игр. Одежда.  | 1  | ОРУ. Игры: «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Осваивать двигательные действия, составляющие содержание подвижных игр.  | *Личностные:* - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам находить с ними общий язык и общие интересы; - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.  |
| 2, 3  | Подвижные игры в осеннее время. Игры в движении.  | 2  | ОРУ. Игры: «К своим флажкам». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении игр.  | *Метапредметные:* - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровность, сдержанность, рассудительность; - технически правильно выполнять двигательные действия.  |
| 4, 5  | Подвижные игры в осеннее время. Эстафеты.  | 2  | ОРУ. Игры: «К своим флажкам», «Перетягушки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной и игровой деятельности.  | *Предметные:* - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием , соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; - организовывать и проводить с одноклассниками подвижные игры и элементы соревнований. осуществлять их объективное судейство.  |
| 6, 7  | Подвижные игры в осеннее время. Игры с бегом и прыжками.  | 2  | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Воробушки», «Два  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками,  | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр.  | *Личностные:* - оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам  |
| **Плавание (16 ч)** |
| 8,9 | Освоение правил, требований к занятиям с водой.  | 2  | Вводный инструктаж. Правила ТБ на занятиях плаванием. Освоение с водой. Проверка плавательной подготовки способом кроль на груди.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  | *Личностные:* - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам находить с ними общий язык и общие интересы. *Предметные:* - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием , соблюдать требования техники безопасности; - в доступной форме объяснять правила выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять. *Метапредметные:* - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи. |
| 10 | Обучение плаванию способом кроль на спине.  | 1  | Показ способа плавания кроль на спине. Дыхание в плавании. Скольжение на спине без работы ног.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 11 | Техника работы ног.  | 1  | Техника работы ног кролем на спине, сидя на бортике и в воде у бортика. Скольжение на спине с работой ног с доской.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 12 | Согласование работы ног с дыханием.  | 1  | Согласование работы ног кролем на спине.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены  |  |
| 13 | Совершенствование работы ног в согласовании с дыханием.  | 1  | Совершенствование работы ног кролем на спине в сочетании с дыханием.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 14 | Техника работы рук.  | 1  | Работа рук способом кроль на спине. Прыжки с тумб и бортов.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 15 | Согласование работы рук и ног.  | 1  | Согласование работы рук и ног кролем на спине. Прыжки с тумб и бортов.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 16,17 | Согласование работы рук, ног с дыханием.  | 2  | Согласование работы рук и ног кролем на спине с дыханием. Плавание кролем на спине способом в целом. .  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 18,19 | Согласование работы рук, ног с дыханием.  | 2  | Свободное плавание. Игры на воде. Прыжки с тумб и бортов.  | Правильно выполнять основные правила поведения в  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| 20,21  | Согласование работы ног с дыханием.  | 2  | Эстафетное плавание. Игры на воде. Прыжки с тумб и бортов.  | Правильно выполнять основные правила поведения в бассейне, требования по соблюдению мер личной гигиены.  | Соблюдать правила поведения в бассейне, правила личной гигиены.  |  |
| **Подвижные игры (11 ч)** |
| 22,23 | Подвижные игры в зимнее время. Правила безопасности. Одежда.  | 2  | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Снайпер». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.  | *Метапредметные:* - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровность, сдержанность, рассудительность; - технически правильно выполнять двигательные действия.  |
| 24,25 | Подвижные игры в зимнее время.  | 2  | ОРУ. Игры: «Пятнашки», «Сани-тачки». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время подвижных игр.  | *Метапредметные:* - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровность, сдержанность, рассудительность; - технически правильно выполнять двигательные действия.  |
| 26,27,28  | Подвижные игры.  | 3 | ОРУ в движении. Игры: «Прыгающие воробушки», «Зайцы в огороде». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Излагать правила и условия проведения подвижных игр. Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.  | *Личностные:* - оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам находить с ними общий язык и общие интересы; - проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.  |
| 29,30,31,32 | Подвижные игры.  | 4  | ОРУ в движении. Игры: «Три палочки», «Рыбак». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.  | Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями.  | Осваивать универсальные умения в самостоятельной организации и проведении игр.  | *Предметные:* - бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; - организовывать и проводить с одноклассниками подвижные игры  |
| 33, 34  | **Резерв.**  |