**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.** | | | | | |