

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 323
Невского района Санкт-Петербурга

«Рассмотрено»
Руководитель МО
М.И.Овчин
Протокол №
от « » мая 2021 г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
М.И.Овчин
Хечоян К.Э.
от «25» мая 2021 г.

«Рекомендовано»
к использованию
Педагогическим советом
Протокол №12
от «1» июня 2021г.

«Утверждено»
Директор ГБОУ СОШ №323
Л.А. Флоренкова
Приказ № 42/2-од
от «2» июня 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету

«физическая культура»

1 класс

66 час/год

Срок реализации: 1 год

01.09.2021

X Подписано ЭЦП

Л.А.Флоренкова
директор

Подпи сан о: ГБОУ СОШ №323 НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Составитель:

Кутузов Павел Сергеевич,
учитель высшей кв. категории

2021-2022 учебный год

Структура документа

| | |
|--|--|
| 1. Пояснительная записка | Ошибка! Закладка не определена. |
| 2. Содержание учебного предмета, курса | 5 |
| 3. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса..... | 15 |
| 4. Описание учебно-методического комплекса..... | 17 |
| 5. Календарно-тематическое планирование..... | 18 |

Рабочая программа по физической культуре для учащихся 1 классов

Рабочая программа ориентирована на использование учебника:

1.1.7.1.3.1В.И.Лях «Физическая культура, 1-4 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый уровень. – М.: Просвещение, 2020г. Ил.- ISBN 978-5-09-031561-6.

Пояснительная записка

Статус документа

Рабочая программа по физической культуре на 2021/2022 учебный год разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее - ФГОС основного общего образования);
- Приказ Минпросвещения России от 28.08.2020 № 442 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23.12.2020 № 766;
- Перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 № 699;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 - Санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2
- Распоряжения Комитета по образованию от 12.04.2021 № 1013-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021/2022 учебном году»;
- Распоряжения Комитета по образованию от 09.04.2021 № 997-р «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год»;

- Положения о рабочей программе на 2021-2022 учебный год;
- Устава ГБОУ СОШ №323;
- Основной образовательной программы основного общего образования в соответствии с требованиями ФГОС ООО.
- Инструктивно-методического письма КО С-Пб «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий» от 16.03.2020 г. №03-28- 2516/20-0-0.
- Инструктивно-методического письма КО СПб «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий» от 16.03.2020 г. №03-28- 2516/20-0-0.
- Инструктивно-методическое письмо «О формировании учебных планов образовательных организаций Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год» от 13.04.2021 № 03-28-3143/21-0-0

Проектируя уроки по учебному предмету, возможно использование информационных систем для организации образовательного процесса с электронным обучением и применением дистанционных образовательных технологий: при организации деятельности учащихся на уроках 2021-2022 учебного года можно использовать электронные образовательные платформы Учи.ру, ЯКласс, ЯндексУчебник, Google форма.

Особенности данной рабочей программы

В программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича программный материал делится на две части – *базовую* и *вариативную*. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». *Вариативная часть* включает в себя программный материал по подвижным играм на основе баскетбола. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Важной особенностью образовательного процесса в начальной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся начинается во втором классе по решению педагогического совета школы.

Основные формы работы в 1 классе:

- Групповая работа
- Работа в парах
- Индивидуальная работа
- Коллективная работа

В соответствии с ФГОС выбраны следующие методы и технологии обучения:

Методы обучения:

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

Словесные, наглядные, практические.

Индуктивные, дедуктивные.

Репродуктивные, проблемно-поисковые.

Самостоятельные, несамостоятельные.

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности:

Стимулирование и мотивация интереса к учению.

Стимулирование долга и ответственности в учении.

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности:

Устного контроля и самоконтроля

Педагогические технологии и принципы обучения:

Традиционные технологии:

Объяснительно-иллюстративные технологии обучения (Я.А. Коменского)

Педагогические технологии на основе личностной ориентации педагогического процесса:

Педагогика сотрудничества (С.Т. Шацкий, В.А. Сухомлинский и др.)

Гуманно – личностная технология Ш.А. Амонашвили.

Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:

Игровые технологии – они являются очень важным для успешного обучения в 3 классе, как способ повышения мотивационной активности.

Технологии развивающегося обучения:

Система развивающегося обучения Л.В. Занкова

Технологии дистанционного обучения.

Технологии развития критического мышления.

Технологии проблемного обучения.

Технологии разноуровневого обучения.

Характеристика особенностей (т.е. отличительные черты) программы: в соответствии с концепцией структуры и содержания образования в области физической культуры предметом обучения в начальной школе является двигательная деятельность с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у младших школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Программа направлена на:

— реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, региональными климатическими условиями).

— 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 по физической культуре, на 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».

Во 2 класса за технику выполнения упражнений выставляются оценки. В связи с этим у детей появляется понятие того, как выполнено упражнение: не просто правильно или неправильно, а с уточнением: отлично, хорошо, удовлетворительно, неудовлетворительно. Этому в программе уделено внимание.

Цели рабочей программы:

Целью программы - формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности.

Задачи физического воспитания учащихся 1-го класса направлены:

- на укрепление здоровья учащихся, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоническому развитию, выбору устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движений;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитии двигательных способностей;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми.

Место предмета в рабочем плане

В соответствии с базисным учебным планом рабочая программа составлена по программе авторов В.И. Ляха, А.А. Зданевича из расчета 2 часа в неделю, 68 часа в год.

Количество часов, отводимых на изучение каждой темы.

Учебно-тематический план

| Темы | Кол-во часов |
|-------------------------------------|---------------------|
| Базовая часть | 52 |
| Основы знаний о физической культуре | В процессе урока |

| | |
|--|-----------|
| Легкая атлетика и кроссовая подготовка | 28 |
| Гимнастика с элементами акробатики | 12 |
| Подвижные игры | 10 |
| Вариативная часть | |
| Подвижные игры с элементами б/б; в/в | 16 |
| Общее количество часов | 66 |

Содержание тем учебного курса.

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приёмы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.

1.1 Естественные основы.

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечнососудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека. Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение закаливания. основных движений с различной скоростью. Выявление работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

1.2 Приёмы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля.

Воздушные ванны. Солнечные ванны. Измерение массы тела. Приёмы измерения пульса. Специальные дыхательные упражнения. Овладение приемами саморегуляции, связанными с умением расслаблять и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений.

1.3 Социально – психологические основы.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды.

1.4. Подвижные игры.

Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность.

1.5. Гимнастика с элементами акробатики.

Название снарядов и гимнастических элементов. Правила безопасности во время занятий. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц.

1.6. Легкоатлетические упражнения.

Понятие короткая дистанция, бег на скорость, бег на выносливость; название метательных снарядов, прыжкового инвентаря, упражнений в прыжках в длину и высоту. Техника безопасности на занятиях.

Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе:

| Физические способности | Физические упражнения | мальчики | девочки |
|------------------------|---|--|--|
| скоростные | Бег 30 м с высокий старт | 5,8-6,7 | 6,4-7,0 |
| силовые | Прыжок в длину с места Подтягивание Поднимание туловища на время 30 с. | 145-125 5-3-2 18-16-14 | 140-120 11-8-6 из виса лежа 17-15-12 |
| выносливость | Кросс- 1000 м. | Без учета времени | Без учета времени |
| координация | Послед. выполнять пяти кувырков вперед Броски малого мяча в мишень Метание на дальность | Пять попыток - три попадания 25-20-18 м 20-16-10 м | |

Аттестация учащихся планируется по четвертям по текущим оценкам, а также по результатам тестирования по каждому разделу программы. 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 результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по физической культуре являются:

умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения ее цели; умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей; умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления; общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой; организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий; планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения; анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения; видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека; оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами; управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность; технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры; излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью; представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека; измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств; оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения; организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство; бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки; характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по

развитию физических качеств; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять; подавать строевые команды, вести подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений; находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы; выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения; выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности; выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Учет достижений учащихся, формы и средства контроля.

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся: старт не из требуемого положения; отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту; бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений; несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 1 – 4 классах оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Виды контроля: промежуточный, текущий, тематический.

Методы контроля: устный.

Формы контроля: проверка техники выполнения упражнений, устный опрос.

Работа со слабоуспевающими или отстающими учениками.

1. Оказывать помощь в планировании учебной деятельности (планирование и выполнения минимума упражнений для ликвидации пробелов, алгоритмизация учебной деятельности по анализу и устранению типичных ошибок и пр.). 2. Дополнительное инструктирование в ходе учебной

деятельности. 3. Стимулирование учебной деятельности (поощрение, создание ситуаций успеха, побуждение к активному труду и др.). 4. Контроль за учебной деятельностью. 5. Различные формы взаимопомощи. 6. Дополнительные занятия с учеником учителя.

Меры предупреждения неуспеваемости ученика: 1. Всестороннее повышение эффективности каждого урока. 2. Формирование познавательного интереса к учению и положительных мотивов. 3. Индивидуальный подход к учащемуся. 4. Специальная система домашних заданий. 5. Усиление работы с родителями. 6. Привлечение ученического актива к борьбе по повышению ответственности ученика за учение.

Особый подход к освещению учебного материала, характер его преподнесения: а) эмоционально-образный; б) аналитический (разъяснительный); в) деловой; г) необычный. Использование, показ, подчеркивание различных элементов, привлекательных сторон содержания: а) важность отдельных частей; б) трудность, сложность; в) новизна, познавательность материала; г) историзм, современные достижения науки; д) интересные факты, противоречия, парадоксы. Задания с интересным содержанием, занимательными вопросами. Показ значимости знаний, умений: а) общественной б) личностной.

Создание ситуаций различного характера: интеллектуального, игрового, эмоционального. Анализ ошибок и оказание необходимой помощи. контроль за деятельностью учащегося (тщательный, беглый), взаимно- и самоконтроль, оценка. Проявление учителем собственных качеств, данных личности (в плане общения, эрудиции, отношения к предмету, деловых качеств...) и побуждение учащихся к подобным проявлениям. Организация дружеских взаимоотношений в коллективе (взаимопроверка, обмен мнениями, взаимопомощь). Оказание помощи неуспевающему ученику на уроке.

В процессе контроля за подготовленностью учащихся: создание атмосферы особой доброжелательности при сдаче нормативов, стимулирование оценкой, подбадриванием, похвалой.

При изложении нового материала: применение мер поддержания интереса к усвоению темы, более частое обращение к слабоуспевающим с вопросами, выясняющими степень понимания ими учебного материала, привлечение их в качестве помощников, привлечение к высказыванию предложений при проблемном обучении, к выводам и обобщениям или объяснению сути проблемы, высказанной сильным учеником.

При организации самостоятельной работы: выбор для групп слабоуспевающих наиболее рациональной системы упражнений, более подробное объяснение последовательности выполнения задания, предупреждение о возможных затруднениях, использование карточек-консультаций, карточек с направляющим планом действий, ссылка на аналогичное задание, выполненное ранее, напоминание приема и способа выполнения задания, инструктирование о рациональных путях выполнения заданий.

В ходе самостоятельной работы на уроке: разбивка заданий на этапы, выделение в сложных заданиях ряда простых, указание на необходимость актуализировать то или иное правило, стимулирование самостоятельных действий слабоуспевающих, более тщательный контроль за их деятельностью, указание на ошибки, проверка, исправление.

Работа с сильными (одаренными) учениками.

Одаренные дети имеют более высокие по сравнению с большинством спортивные способности, восприимчивость к тренировкам, творческие возможности и проявления; обладают доминирующей активной познавательной потребностью; испытывают радость от добывания знаний.

Поддержать и развить индивидуальность ребенка, не растерять, не затормозить рост его способностей - это особо значимая задача обучения одаренных детей.

При воспитании одаренного ребенка необходимо, чтобы любопытство вовремя переросло в любовь к знаниям - «любознательность», а последняя - в устойчивое психическое образование - «познавательную потребность».

1. уделять особое внимание психолого - педагогической поддержке одарённых (мотивированных) детей, ранней диагностики спортивной одарённости;

2. исходить из принципа: каждый ребёнок от природы одарён по-своему:

- предусматривать степень и метод самораскрытия одарённых обучающихся, умственное, эмоциональное, социальное развитие и индивидуальное различие обучающихся;

- удовлетворять потребности в новой информации (широкая информационно– коммуникативная адаптация);

- помогать одарённым детям в самораскрытии (их творческая направленность).

С целью ликвидации отставания учащихся по освоению содержания образования учебного предмета физическая культура и прохождения учебной программы, выполнение ее практической части качественно и в полном объеме, учитывая уровень знаний и умений учащихся за предыдущий период

обучения (темы, которые изучались в апреле – мае 2020 г. с применением дистанционных технологий), включены уроки повторения по следующим темам с использованием резервных часов, предусмотренных для повторения и обобщения по следующим разделам (темам): легкая атлетика, подвижные игры.

Проектируя уроки повторения по учебному предмету, возможно использование информационных систем для организации образовательного процесса с электронным обучением и применением дистанционных образовательных технологий: при организации деятельности учащихся на уроках и при выполнении домашнего задания в 1 четверти 2020-2021 учебного года можно использовать электронные образовательные ресурсы, с которыми ученики работали в 4 четверти 2019-2020 учебного года или ранее: образовательные платформы Учи.ру, ЯКласс Яндекс. Учебник znauka.pw/uchebnik/1-4klass-lyah-v-i; <http://youtu.be/coomuekg74U>

Перечень учебно-методического обеспечения.

Комплексная программа физического воспитания учащихся В. И. Ляха, А. А. Зданевича», Волгоград, изд-во «Учитель», 2012.

Лях В.И. Физическая культура, 1-4 кл: учебник для общеобразоват. учреждений. М.: Просвещение, 2013.

Настольная книга учителя физической культуры: справ. -метод, пособие / сост. Б. И. Мишин. М.: ООО «Изд-во АСТ»; ООО «Изд-во Астрель», 2003. - 526 с. Погадаев Г.И. «Настольная книга учителя физической культуры», М., изд-во «Физкультура и спорт», 2010.

Перечень электронных образовательных ресурсов.

<http://www.minsport.gov.ru/>

<http://spo.1september.ru/urok/>

<http://www.uchportal.ru/>

<http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/>

<http://www.fizkult-ura.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

Материально-техническое обеспечение

Библиотечный фонд:

Стандарт начального общего образования по физической культуре;

Примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (1-4 классы);

Рабочие программы по физической культуре;

Учебники и пособия, которые входят предметную линию В.И.Ляха;

Методические издания по физической культуре для учителей.

Демонстрационный материал:

Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности;

Плакаты методические;

Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта, олимпийского движения;

Технические средства:

Портативный микрофон

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

Стенка гимнастическая;
Бревно гимнастическое напольное;
Скамейки гимнастические; Планка для прыжков в высоту;
Стойки для прыжков в высоту;
Секундомер;
Рулетка измерительная (10 м, 50 м);
Щиты с баскетбольными кольцами;
Большие мячи (резиновые, баскетбольные, футбольные, футзальные);
Стойки волейбольные;
Сетка волейбольная;
Мячи средние резиновые
Аптечка медицинская
Перекладина гимнастическая;
Перекладина навесная;
Канат для лазанья;
Мишени;
Маты гимнастические;
Мячи набивные;
Скакалки гимнастические;
Обручи гимнастические;
Кольца пластмассовые разного размера, фишки;
Резиновые кольца

Календарно-тематическое планирование – 1 класс

| № уро ка | ДАТА | | Тема урока | Тип урока | Планируемые результаты освоения материала (УУД) | Уметь |
|----------------|---------------------|------|---|-----------------|---|--|
| | план | факт | | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 7 | 8 |
| 1 | 31.08пн- 04.09пт | | Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения Ходьба и бег. | Ознакомительный | <p>Познавательные: используются общие приемы поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия физическими упражнениями подвижными играми.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия. Личностные: проявляют интерес к новому учебному материалу.</p> <p>Предметные: представления физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;</p> | Уметь: соблюдать технику и правила безопасности выполнять построение и комплекс утренней гимнастики |

| | | | | | | |
|---|---------------------|--|---|-----------------|---|---|
| 2 | 31.08пн- 04.09пт | | Ходьба и бег. Строевые упражнения | Ознакомительный | Предметные результаты: выполнение правильно и последовательно организующих команды и приёмы, комплексы физических упражнений. Коммуникативные УУД: - уметь слушать и вступать в диалог с учителем и учащимися. | Уметь: выполнять строевые упражнения |
| 3 | 07.09пн- 11.09пт | | Строевые упражнения. Ходьба и бег. | Ознакомительный | Предметные результаты: выполнение правильно и последовательно организующих команды и приёмы, комплексы физических упражнений. Коммуникативные формулируют собственное мнение и позицию договариваются и приходят к общему решению. Планируемые результаты освоения материала (УУД) | Уметь выполнять бег с высокого старта |
| 4 | 07.09пн- 11.09пт | | Строевые упражнения. Челночный бег. | Урок-экскурсия | Предметные результаты Знание нормы поведения в физкультурной и игровой деятельности. Регулятивные УУД: умения принимать и сохранять учебную задачу. учитывать правило в планировании и контроле способа решения. | Уметь: технически правильно выполнять поворот в челночном беге. |
| 5 | 14.09пн- 18.09пт | | Прыжки. | Урок-игра | Предметные результаты: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; Познавательные: самостоятельно формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия. Личностные: ориентируются на понятие и | Уметь: выполнять правильно движение рук и ног в прыжках в длину с места. |

| | | | | | | |
|---|-----------------|--|--|------------------|---|---|
| | | | | | освоение социальной роли обучающегося; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного | |
| 6 | 14.09пн-18.09пт | | Прыжки. | Урок-игра | Регулятивные УУД: - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости); Предметные результаты: выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами в различных условиях. | Уметь: характеризовать роль и значение уроков ф.к для укрепления здоровья |
| 7 | 21.09пн-25.09пт | | Прыжки в длину с места. Контроль двигательных качеств. | Урок-игра | Предметные результаты: выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами в различных условиях. Умение правильно выполнять основные движения в прыжках; правильно приземляться. Регулятивные УУД: - оценивать правильность выполнения двигательных действий | Уметь: организовывать и проводить игры, соблюдать: взаимодействие с игроками |
| 8 | 21.09пн-25.09пт | | Метание в цель. Бег с ходьбой. | Целевая прогулка | Предметные результаты: Умение соблюдать правила личной гигиены. Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; Объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их; | Уметь выполнять упражнения с мячами. |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|---|------------------|---|---|
| 9 | 28.09пн- 02.10пт | | Метание в цель. | Целевая прогулка | Регулятивные УУД: оценивать правильность выполнения двигательных действий | Уметь: выполнять метание и бросок мяча в цель. |
| 10 | 28.09пн- 02.10пт | | Метание в цель Контроль двигательных качеств – поднимание туловища за 30сек. | Урок-игра | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, взаимопомощи, и сопереживания; Регулятивные оценивают правильность выполнения действий планируют свои действия | Научиться: выполнять подъем туловища в определенный отрезок времени. |
| 11 | 05.10пн- 09.10пт | | Ловля мяча двумя руками. | Урок-экскурсия | Регулятивные УУД: оценивать правильность выполнения двигательных действий | Уметь: выполнять упражнения для развития силы. |
| 12 | 05.10пн- 09.10пт | | Ловля мяча двумя руками. Линейные эстафеты | Целевая прогулка | Предметные результаты- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действий. Личностные: ориентируются на активное общение со сверстниками проявляют упорство для достижения поставленной цели. | Уметь: играть в подвижные игры. |
| 13 | 12.10пн- 16.10пт | | Эстафеты с мячом; Подвижная игра: «Передал, сел» | Урок-игра | Предметные результаты: объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения | Уметь: добиваться достижения конкретного результата. |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|---|-----------------|---|---|
| | | | | | двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их Личностные результаты: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; | |
| 14 | 12.10пн- 16.10пт | | Броски и ловля мяча в парах. Подвижные игра «Займи свое место». | Урок-игра | Предметные результаты: выполнение двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их. Регулятивные УУД: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств, скоростной выносливости | Уметь: выполнять броски мяча в парах |
| 15 | 19.10пн- 23.10пт | | Броски мяча над собой и ловля мяча. П/игра | Урок- экскурсия | Предметные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения, взаимопомощи, и сопереживания; Регулятивные УУД: оценивать правильность выполнения двигательных действий | Уметь: бросать мяч в верх над собой и ловить |
| 16 | 19.10пн- 23.10пт | | Контроль двигательных качеств – наклон вперед. Подвижные игры. | Урок-игра | Познавательные УУД: осуществлять анализ выполненных действий ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем | Научиться выполнять упражнения для развития равновесия. |
| 17 | 02.11пн- 06.11пт | | Акробатика. Строевые упражнения. | Комбинированный | Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей. Предметные результаты: | Уметь: выполнять строевые команды и элементы акробатики. |

| | | | | | | |
|----|-----------------|--|----------------------------------|-----------------|---|--|
| | | | | | взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований. | |
| 18 | 02.11пн-06.11пт | | Акробатика. Строевые упражнения. | Комбинированный | Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем. Предметные результаты: взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований. | Уметь: выполнять строевые команды и элементы акробатики. |
| 19 | 09.11пн-13.11пт | | Акробатика. Строевые упражнения. | Комбинированный | Регулятивные УУД: оценивать правильность выполнения двигательных действий Предметные результаты: выполнение строевых упражнений, акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне. | Уметь: выполнять строевые команды и элементы акробатики. |
| 20 | 09.11пн-13.11пт | | Акробатика. Равновесие. | Комбинированный | Предметные результаты: выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком уровне. Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей | Уметь: выполнять строевые команды и элементы акробатики, упражнения в равновесие. |
| 21 | 16.10пн-20.11пт | | Равновесие. Строевые упражнения. | Комбинированный | Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия адекватно воспринимают оценку учителя. | Уметь: выполнять строевые упражнения и упражнения в равновесие. |
| 22 | 16.10пн-20.11пт | | Равновесие Лазание. | Комбинированный | Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с | Уметь: упражнения в равновесие, лазать по гимнастической стенке. |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|-----------------------------|-----------------|---|---|
| | | | | | поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. | |
| 23 | 23.11пн- 27.11пт | | Равновесие Лазание. | Комбинированный | Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. | Уметь: упражнения в равновесие, лазать по гимнастической стенке |
| 24 | 23.11пн- 27.11пт | | Лазание. Опорный прыжок. | Комбинированный | Личностные результаты: проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий | Уметь: лазать по гимнастической стенке |
| 25 | 30.11пн- 04.12пт | | Лазание Опорный прыжок | Комбинированный | Личностные результаты: проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей Познавательные: самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: формулируют вопросы обращаются за помощью | Уметь: выполнять подтягивание лежа на животе на гимнастической скамейке, перелезать через горку матов. |
| 26 | 30.11пн- 04.12пт | | Висы Канат | Комбинированный | Личностные результаты проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Уметь: выполнять правильно перехватывать руки в упражнение лазания по канату. |

| | | | | | | |
|----|-----------------|--|--------------------|-----------------|---|--|
| | | | | | Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий | |
| 27 | 07.12пн-11.12пт | | Висы Канат | Комбинированный | Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли, слушать и слышать друг друга Регулятивные: владеть средствами саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний | Уметь: выполнять упражнения в висах. выполнять правильно перехватывать руки в упражнение лазания по канату. |
| 28 | 07.12пн-11.12пт | | Висы Канат | Комбинированный | Познавательные УУД: осуществлять анализ выполненных действий; Регулятивные УУД: оценивать правильность выполнения двигательных действий | Уметь: выполнять упражнения в висах. выполнять правильно перехватывать руки в упражнение лазания по канату. |
| 29 | 14.12пн-18.12пт | | Висы Канат | Комбинированный | Познавательные УУД: осуществлять анализ выполненных действий; Регулятивные УУД: оценивать правильность выполнения двигательных действий | Уметь: выполнять упражнения в висах. выполнять правильно перехватывать руки в упражнение лазания по канату |
| 30 | 14.12пн-18.12пт | | Полоса препятствий | Комбинирование | Регулятивные: выполняют действия в соответствии с поставленной задачей используют установленные правила в контроле способа решения Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность трудолюбие и упорство в достижении поставленной цели | Уметь: проходить полосу препятствий, взаимодействовать с игроками во время проведения эстафет и игр. |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|--|-----------------|--|---|
| 31 | 21.12пн- 25.12пт | | Полоса препятствий | Комбинированный | Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми. Познавательные УУД: осуществлять анализ выполненных действий; | Уметь: проходить полосу препятствий, взаимодействовать с игроками во время проведения эстафет и игр. |
| 32 | 21.12пн- 25.12пт | | Полоса препятствий | Комбинированный | Личностные результаты: - взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; Коммуникативные: используют речь для регуляции своих действий. | Уметь: проходить полосу препятствий, взаимодействовать с игроками во время проведения эстафет и игр. |
| 33 | 11.01пн- 15.01пт | | Равномерный бег (3 мин). Чередование ходьбы и бега (бег 50м, ходьба 100). Подвижная игра. Развитие выносливости | Комбинированный | Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 3 мин) Знать: правила техники безопасности при в беге; п/ игр. |
| 34 | 11.01пн- 15.01пт | | Равномерный бег (4 мин). Чередование ходьбы и бега (бег 50м, ходьба 100). Подвижная игра. Развитие выносливости. | Комбинированный | Предметные результаты: оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 4 мин) |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|--|-----------------|---|---|
| 35 | 18.01пн- 22.01пт | | Равномерный бег (5 мин). Чередование ходьбы и бега (с преодолением 3-4 препятствий). Подвижная игра. Развитие выносливости | Комбинированный | Личностные: проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей. | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 5 мин) |
| 36 | 18.01пн- 22.01пт | | Равномерный бег (6 мин). Чередование ходьбы и бега (с преодолением 3-4 препятствий) Подвижная игра. Развитие выносливости | Комбинированный | Личностные результаты: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения. | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 6 мин) |
| 37 | 25.01пн- 29.01пт | | Равномерный бег (7 мин). Чередование ходьбы и бега (с преодолением 3-4 препятствий). Подвижная игра. Развитие выносливости | Комбинированный | Личностные результаты: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения. | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 7 мин) |
| 38 | 25.01пн- 29.01пт | | Равномерный бег (8 мин). Чередование ходьбы и бега (бег 50м, ходьба 100). Подвижная игра. Развитие выносливости | Комбинированный | Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения. | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 8 мин) |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|--|-----------------|--|--|
| 39 | 01.01пн- 05.02пт | | Равномерный бег (8 мин). Бег с изменением направления. Подвижная игра. Развитие выносливости | Комбинированный | Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции Познавательные выполнять бег с ходьбой с преодолением утомления , играть в п/игру | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 8 мин) |
| 40 | 01.01пн- 05.02пт | | Равномерный бег (8 мин). Бег с изменением направления. | Комбинированный | Коммуникативные: работать в группе, добывать недостающую информацию с помощью вопросов Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции Познавательные выполнять бег с ходьбой с преодолением утомления , играть в п/игру | Уметь: бегать в равномерном темпе (до 8 мин) |
| 41 | 15.02пн- 19.02пт | | Инструктаж по технике безопасности. Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий; | Уметь: выполнять броски и ловлю мяча (держат, передавать на расстоянии) |
| 42 | 15.02пн- 19.02пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; | Уметь: выполнять броски и ловлю мяча (держат, передавать на расстоянии) |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|--|-----------------|---|--|
| 43 | 22.02пн- 26.02пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Познавательные УУД: активно включаться в процесс и выполнения заданий; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча владеть мячом. (держат, передавать на расстоянии) |
| 44 | 22.02пн- 26.02пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их достижения. Личностные результаты: проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство. | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. (держат, передавать на расстоянии) |
| 45 | 01.03пн- 05.03пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. (держат, передавать на расстоянии) |
| 46 | 01.03пн- 05.03пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Познавательные УУД: активно включаться в процесс и выполнение заданий; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. (держат, передавать на расстоянии) |
| 47 | 08.03пн- 12.03пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. (держат, передавать на расстоянии) |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|-------------------------------------|-----------------|--|--|
| | | | | | взаимопомощи и сопереживания. Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий | |
| 48 | 08.03пн- 12.03пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий, знать правила игр | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. (держат, передавать на расстоянии |
| 49 | 15.03пн- 19.03пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий; Регулятивные: оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. Играть в Мини-баскетбол |
| 50 | 15.03пн- 19.03пт | | Подвижные игры на основе баскетбола | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания. Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий; Регулятивные: оценивают правильность выполнения | Уметь: выполнять ведение, броски и ловлю мяча; владеть мячом. Играть в Мини-баскетбол |

| | | | | | | |
|----|-----------------|--|----------------------|-----------------|--|---|
| | | | | | действия; адекватно воспринимают оценку учителя | |
| 51 | 29.03пн-02.04пт | | Бег, высота; п/ игры | Комбинированный | Познавательные УУД: активно включаться в процесс и выполнение заданий; Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыгать в высоту с прямого разбега. |
| 52 | 29.03пн-02.04пт | | Бег, высота; п/ игры | Комбинированный | Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми Регулятивные: осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель Познавательные играть в п/игру | Уметь: выполнять упражнение длительное время преодолевая утомление координировать свои действия с партнерами во время игры. Знать: правила техники безопасности при в беге; п/ игр. |
| 53 | 05.04пн-09.04пт | | Бег; высота; п/ игры | Комбинированный | Предметные результаты: выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие. Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыгать в высоту с прямого разбега. |
| 54 | 05.04пн-09.04пт | | Бег; высота; п/ игры | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания | Уметь: играть в подвижные игры с бегом, прыгать в высоту с прямого разбега. |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|--|-----------------|--|---|
| | | | | | Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий | |
| 55 | 12.04пн- 16.04пт | | Бег с ускорением; упр. с мячом, метание в цель | Комбинированный | Предметные результаты: выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие. Личностные: ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками | Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью. |
| 56 | 12.04пн- 16.04пт | | Бег с ускорением; упр. с мячом, метание в цель | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий | Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью, метание в цель. |
| 57 | 19.04пн- 23.04пт | | Бег; прыжок в длину с места. | Комбинированный | Познавательные: самостоятельно выделяю и формулирую познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности Личностные: ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками. | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках, отталкивание, приземление на две ноги. |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|---|-----------------|--|---|
| 58 | 19.04пн- 23.04пт | | Беговые упражнения; прыжок в длину с места игры с мячом | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках, отталкивание, приземление на две ноги. |
| 59 | 26.04пн- 30.04пт | | Бег; длина; метание на дальность; игры. | Комбинированный | Личностные результаты: активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания Познавательные УУД: активно включаться в процесс выполнения заданий. | Уметь: правильно выполнять основные движения в прыжках, отталкивание, приземление на две ноги. Знать: правила игр. |
| 60 | 26.04пн- 30.04пт | | Бег; длина; метание на дальность; игры. | Комбинированный | Познавательные: самостоятельно выделяю и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности Личностные: ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками. | Уметь: правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью. Метать на дальность |
| 61 | 03.05пн- 07.05пт | | Повторение пройденного материала | Комбинированный | | |
| 62 | 03.05пн- 07.05пт | | Повторение пройденного материала | Комбинированный | | |

| | | | | | | |
|----|---------------------|--|--|-----------------|--|--|
| 63 | 10.05пн- 14.05пт | | Повторение пройденного материала | Комбинированный | | |
| 64 | 10.05пн- 14.05пт | | Повторение пройденного материала | Комбинированный | | |
| 65 | 17.05пн- 23.05пт | | Повторение пройденного материала | Комбинированный | | |
| 66 | 17.05пн- 23.05пт | | Повторение пройденного материала | Комбинированный | | |