

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Начальная общеобразовательная школа № 5»

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

И.А. Иванова

«05» 09 2017 г

«Утверждено»

Директор школы

Г.И. Власова

Приказ № 05

от «05» 09 2017 г



**Рабочая программа
на 2017 – 2018 учебный год
по предмету
физическая культура**

Класс: 1 - 2

Учитель: Шлыкова Л.В.,
первая категория,
стаж работы 20 лет

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования, Программы Министерства образования РФ: Начальное общее образование, авторской программы В. И. Лях «**Физическая культура**», утвержденной МО РФ в соответствии с требованиями Федерального компонента государственного стандарта начального образования М: «Просвещение» 2011.

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная система человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

С учётом этих особенностей **целью** примерной программы по физической культуре является формирование у учащихся начальной школы основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения умений двигательной деятельности. Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных **задач**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем организма;
- совершенствование жизненно важных навыков и умений посредством обучения подвижным играм, физическим упражнениям.
- формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
- развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.

Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных двигательных действий (компетенций).

Универсальными УДД учащихся на этапе начального образования по физической культуре являются:

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

Ценностные ориентации содержания учебного предмета

В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются УДД, способы познавательной и предметной деятельности в области физической культуры.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура»

Структура и содержание учебного предмета задаются в предлагаемой программе в конструкции УДД с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Содержание раздела «Знания о физической культуре» отработано в соответствии с основными направлениями развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности); знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности); знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «УДД» содержит представления о структурной организации предметной деятельности, отражающейся в соответствующих способах организации, исполнения и контроля.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие школьников, их всестороннюю физическую подготовленность и укрепление здоровья. Данный раздел включает УДД, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также ОРУ.

Сохраняя определённую традиционность в изложении практического материала школьных программ, настоящая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах: «Гимнастика с основами акробатики» «Лёгкая атлетика», «Подвижные игры», «Лыжные гонки». При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

В содержание настоящей программы также входит относительно самостоятельный раздел «ОРУ». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам программы и дополнительно, сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии основных физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими этих упражнений, условий проведения различных форм занятий, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

При планировании учебной программы допустимо варьирование изучения программного материала в зависимости от погодных условий и мест занятий.

Физическая культура

(для обучающихся, не имеющих противопоказаний для занятий физической культурой или существенных ограничений по нагрузке)

В результате обучения обучающиеся на уровне начального общего образования начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Знания о физической культуре

Выпускник научится:

ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать назначение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных физических качеств;

раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств;

ориентироваться в понятии «физическая подготовка»: характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие;

характеризовать способы безопасного поведения на уроках физической культуры и организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).

Выпускник получит возможность научиться:

выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;

характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности

Выпускник научится:

отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток и выполнять их в соответствии с изученными правилами;

организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;

измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, равновесие, гибкость) с помощью тестовых упражнений; вести систематические наблюдения за динамикой показателей.

Выпускник получит возможность научиться:

вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики, физкультминуток, общеразвивающих упражнений для индивидуальных занятий, результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности;

целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;

выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);
- выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощённым правилам;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- выполнять передвижения на лыжах

Место учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану на изучение физической культуры в 1 классе отводится 99 часов с элементами ритмических движений.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности

Планируемые результаты учебного предмета «Физическая культура»

1 класс

Обучающиеся получают знания:

- что такое осанка, гимнастика, темп, ритм, личная гигиена
- сведения об истории физической культуры, олимпийских игр
- о технике безопасности в спортивном зале и на открытом воздухе

Обучающиеся научатся:

- выполнять комплекс утренней гигиенической гимнастики, разученной на уроке физической культуры
- выполнять все изученные команды на построении и перестроении
- выполнять группировки, перекаты назад и вперед
- лазать и захватывать канат ногами
- выполнять висы на перекладине
- прыгать через короткую скакалку, в длину с места, с разбега
- метать мяч в цель и на дальность
- бросать и ловить мяч
- пробегать на скорость 30 метров
- передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом, спуск под уклон, проходить дистанцию до 1,500 м
- играть в подвижные игры

Обучающиеся получают возможность:

- *использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:*
- *выполнять правильно и последовательно комплексы физических упражнений;*
- *соблюдать правила и нормы поведения в физкультурной и игровой деятельности;*
- *использовать подвижные игры с мячом для организации активного отдыха.*

Содержание учебного предмета

Знания о физической культуре

Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Возникновение физической культуры у древних людей. Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Режим дня и личная гигиена.

Способы физкультурной деятельности

Оздоровительные занятия в режиме дня: комплексы утренней зарядки, физкультминутки. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.

Физическое совершенствование

Гимнастика с основами акробатики

Организирующие команды и приемы: построение в шеренгу и колонну; выполнение основной стойки по команде «Смирно!»; выполнение команд «Вольно!», «Равняйся!», «Шагом марш!», «На месте стой!»; размыкание в шеренге и колонне на месте; построение в круг колонной и шеренгой; повороты на месте налево и направо по командам «Налево!» и «Направо!»; размыкание и смыкание приставными шагами в шеренге.

Акробатические упражнения: упоры (присев, лежа, согнувшись, лежа сзади); седы (на пятках, углом); группировка из положения лежа и раскачивание в плотной группировке (с помощью); перекаты назад из седа в группировке и обратно (с помощью); перекаты из упора присев назад и боком.

Гимнастические упражнения прикладного характера: передвижение по гимнастической стенке вверх и вниз, горизонтально лицом и спиной к опоре; ползание и переползание по-пластунски; преодоление полосы препятствий с элементами лазанья, перелезания поочередно перемахом правой и левой ногой, переползания; танцевальные упражнения (стилизированные ходьба и бег); хождение по наклонной гимнастической скамейке; упражнения на низкой перекладине: вис стоя спереди, сзади, зависом одной и двумя ногами (с помощью).

Легкая атлетика

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением, с изменяющимся направлением движения (змейкой, по кругу, спиной вперед), из разных исходных положений и с разным положением рук.

Прыжки: на месте (на одной ноге, с поворотами вправо и влево), с продвижением вперед и назад, левым и правым боком, в длину и высоту с места; запрыгивание на горку из матов и спрыгивание с нее.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность двумя руками из-за головы, от груди.

Метание: малого мяча правой и левой рукой из-за головы, стоя на месте, в вертикальную цель, в стену.

Лыжные гонки

Организирующие команды и приемы: «Лыжи на плечо!», «Лыжи под руку!», «Лыжи к ноге!», «На лыжи становись!»; переноска лыж на плече и под рукой; передвижение в колонне с лыжами.

Передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом.

Повороты переступанием на месте.

Спуски в основной стойке.

Подъемы ступающим и скользящим шагом.

Торможение падением.

Подвижные игры

На материале раздела «Гимнастика с основами акробатики»: «У медведя во бору», «Раки», «Тройка», «Бой петухов», «Совушка», «Салки-догонялки», «Альпинисты», «Змейка», «Не урони мешочек», «Петрушка на скамейке», «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей» 2; игровые задания с использованием строевых упражнений типа: «Становись — разойдись», «Смена мест».

На материале раздела «Легкая атлетика»: «Не оступись», «Пятнашки», «Волк во рву», «Кто быстрее», «Горелки», «Рыбки», «Салки на болоте», «Пингвины с мячом», «Быстро по местам», «К своим флажкам», «Точно в мишень», «Третий лишний».

На материале раздела «Лыжная подготовка»: «Охотники и олени», «Встречная эстафета», «День и ночь», «Попади в ворота», «Кто дольше прокатится», «На буксире».

На материале раздела «Спортивные игры»:

Футбол: удар внутренней стороной стопы («щечкой») по неподвижному мячу с места, с одного-двух шагов; по мячу, катящемуся навстречу; подвижные игры типа «Точная передача».

Баскетбол: ловля мяча на месте и в движении: низко летящего и летящего на уровне головы; броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой); передача мяча (снизу, от груди, от плеча); подвижные игры: «Брось — поймай», «Выстрел в небо», «Охотники и утки».

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Уровень физической подготовленности

1 класс

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	Мальчики			Девочки		
Подтягивание на низкой перекладине из виса лежа, кол-во раз	11 – 12	9 – 10	7 – 8	9 – 10	7 – 8	5 – 6
Прыжок в длину с места, см	118 – 120	115 – 117	105 – 114	116 – 118	113 – 115	95 – 112
Наклон вперед, не сгибая ног в коленях	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола	Коснуться лбом колен	Коснуться ладонями пола	Коснуться пальцами пола
Бег 30 м с высокого старта, с	6,2 – 6,0	6,7 – 6,3	7,2 – 7,0	6,3 – 6,1	6,9 – 6,5	7,2 – 7,0
Бег 1000 м	Без учета времени					

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

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

Тематическое планирование

План-график прохождения материала по физической культуре для начальной школы при 3х уроках в неделю.

Классы	Количество уроков							Распределение часов по разделам программы		
	Всего	Теоретическая	Практическая	Гимнастика	Легкая атлетика	Лыжная подготовка	Подвижные игры	Гимнастика	Лыжная подготовка	Легкая атлетика
1	99	4	95	20	25	25	25	20+9 подвижных игр с элементами гимнастики	25+9 подвижных игр с лыжами и без них	25+10 подвижных игр с элементами легкой атлетики

** Планирование уроков физической культуры может варьироваться в связи с погодными условиями и другими условиями связанные в связи проведением спортивных занятий в разных спортивных залах.*

Календарно-тематическое планирование 1 класс.

№ урока	Тема урока	Часть	Цели урока	Планируемые результаты	Рекомендуемые приёмы работы	Формируемые УУД
1 четверть (27 ч) Легкая атлетика						
1.	Урок - викторина «Что такое физкультура?» Ходьба и бег 3 часа	1 ч	Ознакомить с содержанием занятий по физической культуре; объяснить правила безопасного поведения; ознакомить с правилами на уроках физкультуры; построение в шеренгу и	Знание правил безопасного поведения; на уроках физкультуры; умение ходить и бегать; выполнять строевые упражнения; правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге,	Подготовительная часть: беседа; ходьба на носках, на пятках; обычный бег; бег с ускорением выполнение строевых упражнений; построения. Основная часть: бег на скорость 30м. игра «Ловишки», «У медведя во бору», «Гуси-лебеди».	Коммуникативные: работать в группе, устанавливать рабочие отношения. Познавательные: объяснять для чего нужно построение .как оно выполняется.

			колонну по одному, Провести викторину.	бегать с максимальной скоростью 30м, строиться в колонну и шеренгу по одному.	Заключительная часть: упражнения на восстановление дыхания и расслабление.	
2	Урок - викторина «Спортивный инвентарь»	1 ч	Повторить ходьбу под счет, ходьбу на носках и пятках с различным положением рук, закрепить технику бега на 30м, дать понятие термина «короткая дистанция», развивать скоростные качества, повторить построение в колонну и шеренгу по одному. Провести викторину.	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью 30м, строиться в колонну и шеренгу по одному.	Подготовительная часть: построение в колонну и шеренгу по одному, ходьба, бег обычный и с ускорениями Основная часть: бег на скорость 30м, игра «Вызов номеров». Заключительная часть: упражнения и игры на восстановление дыхания и расслабление.	Регулятивные: Учиться работать по предложенному учителем плану. Коммуникативные: Совместно договариваться о правилах общения и поведения на уроках и следовать им.
3	Урок - конкурс «Мы солдаты»	1 ч	Повторить ходьбу под счет, ходьбу на носках и пятках с различным положением рук, учить ходьбе с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени назад, руки на поясе, Разучить комплекс упражнений на месте. Учить челночному бегу бегу 3*10.м.	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, бегать с максимальной скоростью до 60м, строиться в ко- лонну и шеренгу по од- ному.	Подготовительная часть: построение в колонну и шеренгу по одному, ходьба, бег обычный и с ускорениями, ОРУ на месте Основная часть: челночный бег с кубиками ,ускорением на дистанции. Заключительная часть: упражнения и игры на восстановление дыхания и расслабление.	Познавательные: Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную на уроке. Личностные: Принимать позицию учащегося, положительно относиться к школьным занятиям.
4	Урок – турнир «Рыцарские состязания» Бег и прыжки 9часов	1 ч	Закрепить навыки построения в колонну и шеренгу по одному, Повторить комплекс ОРУ на месте, Разучить технику прыжка в длину с места, Повторить технику челночного бега 3*10м	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге, строиться в колонну и шеренгу по одному, уметь выполнять челночный бег 3*10м	Подготовительная часть: ходьба; бег; выполнение строевых упражнений; ОРУ Основная часть: техника выполнения прыжка; имитация прыжков животных и птиц; бег на скорость 3*10м. Заключительная часть: упражнения на восстановление дыхания и расслабление.	Коммуникативные: Соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить. Личностные: Формирование социальной роли ученика. Формирование

						положительного отношения к учению;
5	Урок - конкурс «Олимпийский резерв»	1 ч	Закрепить навыки построения в колонну и шеренгу по одному, повторить комплекс ОРУ на месте с отработкой правильности положения рук, ног, туловища, Провести учет в беге на 30м, Совершенствовать навыки прыжка в длину с места, познакомить с игрой «К своим флажкам», развивать скоростные качества.	Знать последовательность выполнения ОРУ, уметь бегать дистанцию 30м с высокой скоростью, прыгать в длину с места, соблюдая правильную технику прыжка.	Подготовительная часть: ходьба, бег, ОРУ, прыжки на одной ноге, на двух на месте, с продвижением вперед. Основная часть: прыжок в длину с места, бег 30м – учет. Игра «К своим флажкам». Заключительная часть: медленная ходьба, игра «Карлики и великаны»	Предметные: Отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках. Коммуникативные: Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог
6	Урок - соревнование «Мы олимпийцы»	1 ч	Совершенствовать навыки быстрого построения в колонну и шеренгу по одному, повторить комплекс ОРУ на месте с целью контроля за правильной последовательностью упражнений, совершенствовать навыки прыжка в длину с места, повторить игру «К своим флажкам», познакомить с игрой «Пятнашки», развивать скоростные качества.	Знать последовательность выполнения ОРУ, прыгать в длину с места, соблюдая правильную технику прыжка.	Подготовительная часть: ходьба, бег, ОРУ, прыжки на одной ноге, на двух на месте, с продвижением вперед. Основная часть: прыжок в длину с места, повторить игру «К своим флажкам», познакомить с игрой «Пятнашки», Заключительная часть: медленная ходьба, игра на внимание «Карлики и великаны».	Предметные: Развитие основных фи 3- их качеств и расширение функциональных возможностей организма. Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в своей работе, сравнивая с образцом.
7	Урок – игра «Народные игры»	1 ч	Разучить ору в движении, прыжок в длину с места – учет (мальчики), ознакомить с народными играми.	Координировать упражнения в движении с ходьбой по кругу, уметь технически правильно выполнять прыжок в длину с места на	Подготовительная часть: ходьба с различным положением рук, ног, ОРУ в движении Основная часть: прыжок в длину с места – учет, играть в игры: «К своим флажкам», «Пятнашки»,	Предметные: Развитие основных физ- их качеств и расширение функциональных возможностей организма. Регулятивные:

				результат.	«Салки» Заключительная часть: игра на внимание «Светофор».	Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану;
8	Урок – соревнование «Весёлые старты»	1 ч	Закрепить технику движений рук и ног в прыжках в длину с места, Учить технике и подбору темпа медленного бега, учет по освоению навыков челночного бега 3*10м	Уметь выполнять бег в медленном темпе, бег на скорость 3*10м	Подготовительная часть: ходьба на носках, пятках, внешнем своде стопы, с захлестыванием голени, с высоким подниманием бедра. Основная часть: прыжки в длину с места (акцент на согласованную работу рук и ног), техника медленного бега, дыхание во время бега, челночный бег 3*10м – учет. Заключительная часть: игра «Море волнуется»	Предметные: Развитие основных физ – их качеств и расширение функциональных возможностей организма. Познавательные: Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. Регулятивные: Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану;.
9	Урок – игра «Крестики – нолики»	1 ч	Проверить выполнение домашнего задания (комплекс ОРУ), закрепить технику и подбор темпа медленного шестиминутного бега, провести учет по прыжкам в длину с места (девочки), повторить игру на внимание «Море волнуется»	Выполнять комплекс ОРУ, подбирать индивидуально темп шестиминутного бега, прыгать в длину на результат.	Подготовительная часть: ходьба бег, ору (проверка д/з), прыжки в длину с места. Основная часть: бег в медленном темпе, прыжок в длину – учет. Заключительная часть: игра «Море волнуется»	Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками; Регулятивные: Определять цель учебной деятельности с помощью учителя и самостоятельно. Регулятивные: Определять цель выполнения заданий на уроке, во внеурочной деятельности, в жизненных ситуациях под руководством учителя.

10	Урок - конкурс «Отчизне Родине служить»	1 ч	Учить выполнению строевых команд «Смирно!», «Вольно!» и провести конкурс строевой подготовки.. Провести бег до 4мин (девочки и мальчики бегут по отдельным кругам), провести учет по наклону туловища сидя на полу. разучить и провести игру «Запрещенное движение».	Выполнять команды: «Смирно!», «Вольно!», Бегать до 4 минут в медленном темпе, уметь выполнять контрольное упражнение – наклон вперед сидя на полу.	Подготовительная часть: ходьба, ОРУ в движении, медленный бег до 4 минут. Основная часть: комплекс упражнения на растяжку, наклон вперед сидя – учет, игра «Запрещенное движение» Заключительная часть: игра на внимание «Светофор»	Предметные: Формирование культуры движений; Коммуникативные: Понимание принятие различных позиций и точки зрения на предмет. Регулятивные: Принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по заданным критериям
11	Урок - путешествие «Спортландия»	1 ч	Учить выполнению строевых команд «Смирно!», «Вольно!». Разучить несколько «Позы спортсменов», Совершенствовать выносливость и темп бега до 4мин., Повторить игру «Запрещенное движение», разучить игру «День и ночь», провести учет по подтягиванию (мальчики), Домашнее задание – придумать позы птиц и животных.	Выполнять команды: «Смирно!», «Вольно!», Бегать до 4 минут в медленном темпе, Уметь играть в подвижную игру «Запрещенное движение», Выполнять подтягивание на высокой перекладине в положении виса.	Подготовительная часть: ходьба, игра «День-ночь», прыжковые упражнения в движении, бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени, медленный бег 4мин. Основная часть: подтягивание – мальчики, дать д/з – придумать позы птиц и животных,. Заключительная часть: медленная ходьба, игра «Запрещенное движение»	Регулятивные: Учиться отличать верно выполненное задание от неверного. Личностные: Освоить роли ученика; формирование интереса (мотивации) к учению. Предметные: Развитие физических качеств и физических способностей.
12	Урок – путешествие «Осенний лес»	1 ч	Проверить домашнее задание провести учет по подтягиванию (девочки), показ и выполнения домашнего задания «позы птиц и животных», разучить игры: «Шишки-желуди-орехи», «Пустое	Уметь принимать позы спортсменов различных видов спорта и показывать движения характерные для этого вида спорта (дети догадываются о каком спорте идет речь), выполнять подтягивание	Подготовительная часть: игра «День-ночь», прыжковые упражнения в движении, бег с высоким подниманием бедра, с захлестыванием голени, Основная часть: игра «Угадай кто?» (позы птиц и животных), Подтягивание – девочки, игры:	Предметные: Развитие физических качеств и физических способностей. Регулятивные: Оценка своего задания по следующим параметрам: легко выполнять, возникли сложности при

			место»	на низкой перекладине из виса лежа – девочки.	«Шишки-желуди-орехи», «Пустое место» Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	выполнении.
13	Урок – игра «Юный стрелок» Метание мяча 3 часа	1 ч	Разучить комплекс упражнений с малым мячом, учить метанию малого мяча из положения стоя грудью к направлению метания, развивать скоростно-силовые способности, разучить игры: «Кто дальше бросит», «Метко в цель».	Выполнять комплекс упражнений с малым мячом. Метать мяч на дальность. Играть в подвижные игры.	Подготовительная часть: упражнения с малыми мячами общеразвивающие и на координацию движений. Основная часть: имитация метательного движения, метание на дальность. Игры: «Кто дальше бросит», «Метко в цель». Заключительная часть: ходьба, !Светофор».	Предметные: Обогащение двигательного опыта физическими упражнениями; Регулятивные: Самостоятельно определять важность или необходимость выполнения различных задания в учебном процессе Познавательные УУД
14	Урок – конкурс «Самый меткий»	1 ч	Повторить комплекс упражнений с малым мячом, продолжить обучение метанию малого мяча из положения стоя грудью к направлению метания, развивать скоростно-силовые способности, повторить игры: «Кто дальше бросит», «Метко в цель».	Выполнять комплекс упражнений с малым мячом. Метать мяч на дальность над натянутой волейбольной сеткой. Играть в подвижные игры.	Подготовительная часть: упражнения с малыми мячами общеразвивающие и на координацию движений в подкидывании и перекладывании. Основная часть: метание мяча на дальность в заданном коридоре над натянутой волейбольной сеткой Игры: «Кто дальше бросит», «Метко в цель». Заключительная часть: игра на внимание «Карлики и великаны».	Регулятивные: Формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке); Личностные: Освоение личностного смысла учения, желания учиться.
15	Урок – соревнование «Стреляй, метай, попадай»	1 ч	Повторить комплекс упражнений с малым мячом, продолжить обучение метанию малого мяча из положения стоя грудью к направлению метания, развивать скоростно-силовые	Выполнять комплекс упражнений с малым мячом. Метать мяч на дальность над натянутой волейбольной сеткой. Играть в подвижные игры.	Подготовительная часть: упражнения с малыми мячами общеразвивающие и на координацию движений в подкидывании и перекладывании. Основная часть: метание мяча на дальность в заданном коридоре	Познавательные: Научиться простейшим способам контроля за физической нагрузкой; Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели;

			способности, провести соревнования: «Кто дальше бросит», «Метко в цель».		над натянутой волейбольной сеткой Игры: «Кто дальше бросит», «Метко в цель». Заключительная часть: игра на внимание «Карлики и великаны».	Регулятивные: Научаться планировать — определять последовательность промежуточных целей с учётом конечного результата;
16	Урок - викторина «Угадай - чей мяч» Школа мяча и метание мяча в цель. 7часов	1 ч	Учить технике ловли мяча двумя руками от груди и ведению мяча на месте с последующей передачей партнеру. Провести викторину «Угадай - чей мяч» .	Выполнять передачу мяча партнеру и ловлю, ведение на месте с последующей передачей мяча партнёру.	Подготовительная часть: ходьба, ору в движении, бег, перестроение в колонну по два. Специально- подготовительные упражнения с мячом в паре. Основная часть: имитация ловли и передачи мяча партнеру, выполнения ловли и передачи мяча в паре от груди двумя руками, снизу двумя руками, от плеча правой и левой рукой. Имитация ведения мяча на месте. Ведение мяча на месте с последующей передачей партнеру любым разученным способом. . Игра: «Салки с ленточками». Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания.	Регулятивные: Определять правильность выполненного задания на основе сравнения с предыдущими заданиями, или на основе различных образцов. Познавательные: Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;
17	Урок – соревнование эстафета «Мой весёлый звонкий мяч»	1 ч	Совершенствовать технику передачи и ловли мяча. Закрепить технику ведения мяча на месте. Провести эстафету с мячами (волейбольный, футбольный, баскетбольный)	Выполнять передачу мяча партнеру и ловлю, ведение на месте с последующей передачей мяча партнеру. Уметь выполнять челночный бег с кубиками.	Подготовительная часть: ходьба, ору в движении, бег, перестроение в колонну по два. Специально- подготовительные упражнения с мячом в паре. Основная часть: имитация ловли и передачи мяча партнеру, выполнения ловли и передачи мяча в паре от груди двумя руками, снизу двумя руками, от плеча правой и левой рукой. Имитация ведения мяча на месте.	Познавательные: Определение основной и второстепенной информации; Регулятивные: Корректировать выполнение задания в соответствии с планом, условиями выполнения, результатом действий на определенном этапе.

					Ведение мяча на месте с последующей передачей партнеру любым разученным способом. Эстафета (челночный бег с кубиками). Игра «Салки с ленточками». Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания.	
18	Урок - сказка «В гостях у мячика»	1 ч	Совершенствовать технику передачи и ловли мяча. Закрепить технику ведения мяча на месте.	Выполнять передачу мяча партнеру и ловлю, ведение на месте с последующей передачей мяча партнеру.	Подготовительная часть: ходьба, ору в движении, бег, перестроение в колонну по два. Специально-подготовительные упражнения с мячом в паре. Основная часть: имитация ловли и передачи мяча партнеру, выполнения ловли и передачи мяча в паре от груди двумя руками, снизу двумя руками, от плеча правой и левой рукой. Имитация ведения мяча на месте. Ведение мяча на месте с последующей передачей партнеру любым разученным способом. Игра «Салки с ленточками». Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания.	Познавательные: Научаться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности; Личностные: Проявление активности, стремление к получению новых знаний Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы.
19	Урок – викторина «О спорт - ты супер»	1 ч	Учить метанию мяча в цель с места (расстояние до вертикальной мишени 4-5 метров). Разучить игру «Ловля парами». Провести викторину.	Метать мяч в вертикальную цель и играть в подвижные игры.	Подготовительная часть: ходьба, бег, ору с малым мячом на месте. Основная часть Метание малого мяча в вертикальную цель, игра «Ловля парами». Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания, упражнения на расслабление.	Регулятивные: Научаться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности; Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Предметные: овладение прикладно-

						ориентированными двигательными умениями и навыками.
20	Урок – викторина «Загадки, веришь – не веришь»	1 ч	Провести учет навыков передачи и ловли мяча. Совершенствовать ведение мяча на месте с последующей передачей мяча партнеру. Закрепить технику движения руки при метании мяча в цель с места. Провести викторину.	Уметь технически правильно выполнять передачу и ловлю мяча в паре, выполнять ведения мяча на месте, метать в вертикальную цель с 4-5м..	Подготовительная часть: ходьба, ору в движении, бег, перестроение в колонну по два. Специально-подготовительные упражнения с мячом в паре. Основная часть: ведение мяча на месте, передача партнеру и ловля мяча. Метание мяча в игре «Снайперы». Заключительная часть: игра «Карлики и великаны».	Регулятивные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Познавательные: Определение основной и второстепенной информации;
21	Урок - игра «Мы с друзьями поиграем»	1 ч	Проверить технику ведения мяча с последующей передачей двумя руками партнеру. Совершенствовать технику метания мяча в вертикальную цель Разучить игру «Воробьи-вороны», «Прыгающие воробышки», повторить игру «Салки парами».	Уметь выполнять ведение мяча на месте с последующей передачей мяча двумя руками от груди партнеру. Метать мяч в вертикальную цель.	Подготовительная часть: игра «Воробьи-вороны! Ору с малыми мячами. Основная часть: метание мяча в вертикальную цель. Ведение мяча – учет. «Прыгающие воробышки», «Салки парами». Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания, упражнения на расслабление.	Регулятивные: Научиться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности; Коммуникативные: Адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата.
22	Урок -	1	Провести соревнования по	Уметь выполнять метание	Подготовительная часть: ходьба с	Регулятивные: научиться

	соревнование «Стрелялки»	ч	метанию мяча в цель. Игра «Пятнашки» и др.	мяча в цель.	различным положением рук, ног, обычный бег и с ускорением, ору с малыми мячами. Основная часть: метание мяча – учет Заключительная часть: игра «Запрещенное движение».	технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности; Коммуникативные: умение работать в команде.
23	Урок – соревнование эстафета «Сильные и ловкие» Полоса препятствий 2 часа	1 ч	Учить преодолевать полосу из пяти препятствий с предметами.	Уметь преодолевать полосу из пяти препятствий.	Подготовительная часть: ОРУ с гимнастической палочкой. Основная часть: преодоление полосы препятствий с предметами. Заключительная часть: игра «Карлики и великаны».	Предметные: овладение прикладно- ориентированными двигательными умениями и навыками; обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления.
24	Урок - соревнование «Супершкольн ик»	1 ч	Учить преодолевать полосу из пяти препятствий.	Уметь преодолевать полосу из пяти препятствий.	Подготовительная часть: ОРУ со скакалкой, прыжки через скакалку. Основная часть: преодоление полосы препятствий. Игры: «Зайцы в огороде», «Лиса и куры». Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания, упражнения на расслабление.	Коммуникативные: Договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;
25	Урок – игра «Ты спортсмен» Игры и эстафеты 3 часа	1 ч	Учить соревноваться в линейных эстафетах. Разучить игры «Космонавты», «Мышеловка».	Уметь соревноваться в командах.	Подготовительная часть: ОРУ в 4 шеренгах, сомкнуться, определить команды. Основная часть: эстафеты с мячом (малым, набивным, большим). Заключительная часть: медленная ходьба.	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Регулятивные: Определять наиболее эффективные способы

						достижения результата;
26	Урок – игра «Игры народов мира»	1 ч	Познакомить и разучить игры разных народов мира, повторить ранее разученные игры.	Уметь играть в «Пионербол» по упрощенным правилам.	Подготовительная часть: Игра «Салки», ОРУ в ходьбе, деление на две шеренги – упражнения в паре в перетягивании и сопротивлении. Основная часть: в этих же командах игра в «Охотники и утки». Игры: «Салки с ленточками», «Пятнашки маршем». Заключительная часть: игра «Запрещенное движение».	Регулятивные: Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
27	Урок – игра «Игры на внимание»	1 ч	Разучить игру: «Вызов номеров» три варианта и повторить игру «Охотники и утки».	Уметь играть в игры: «Вызов номеров», «Перестрелка».	Подготовительная часть: игра «Воробьи-вороны», перестроение в колонну по 4 – ОРУ на месте без предметов. Основная часть: сомкнуться в колоннах (определить команды), игры «Вызов номеров», «Охотники и утки» Заключительная часть: ходьба с восстановлением дыхания, упражнения на расслабление.	Регулятивные: Научаться правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности. Коммуникативные: Адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата.
2 четверть (21 ч) Гимнастика и акробатика						
28 (1)	Акроба-а Стро-е упраж-я. 4 часа	1ч	Инструктаж по технике безопасности на уроках по гимнастике. Разучить положение «Основная	Знать правила поведения в гимнастическом зале. Уметь выполнять строевые упражнения,	Подготовительная часть: ходьба по линиям зала, по кругу. Бег. Разучить комплекс ОРУ без предметов на месте.	Личностные: формирование у ребенка ценностных ориентиров в области физической

			стойка». Повторить построения по одному в шеренгу, круг. Учить положению – группировка, перекаты в группировке. Разучить игру «Пройти бесшумно». Развивать координационные способности.	перекаты в группировке.	Основная часть: на матах (фронтально) Учить положению – группировка, перекаты в группировке, лежа на животе и из упора на коленях. Учить положению – группировка, перекаты в группировке, лежа на животе и из упора на коленях. Игра. Заключительная часть: ходьба, игра на внимание.	культуры; Коммуникативные: умение вступать в речевое общение, участвовать в диалоге; Познавательные: Извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица и т.д., запоминать);
29 (2)	Группировки и перекаты	1ч	Повторить положение «Основная стойка», построение по одному в шеренгу, круг. Закрепить положение – группировка, перекаты в группировке, лежа на животе и из упора на коленях. Развивать координационные способности.	Уметь выполнять строевые упражнения, перекаты в группировке.	Подготовительная часть: ходьба и бег по линиям зала, по кругу. Повторить комплекс ОРУ без предметов на месте. Основная часть: на матах (фронтально) закрепить положение – группировка, перекаты в группировке, лежа на животе и из упора на коленях. Упражнение на матах на укрепление брюшного пресса, гибкости. Игра. Заключительная часть: упражнение на внимание и расслабление.	Личностные: отработка навыков самостоятельной и групповой работы. Предметные: обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками. Коммуникативные: Конструктивно разрешать конфликты и осуществлять взаимный контроль;
30 (3)	Перекаты и группировки.	1ч	Повторить положение «Основная стойка», построение по одному в шеренгу, круг. повторить положение – группировка, перекаты в группировке, лежа на животе и из упора на коленях. Развивать координационные способности.	Уметь выполнять строевые упражнения, перекаты в группировке, выполнять упражнения для укрепления брюшного пресса, развития гибкости.	Подготовительная часть: ходьба и бег по линиям зала, по кругу. Повторить комплекс ОРУ с гимнастической палкой на месте. Основная часть: на матах (фронтально) повторить положение – группировка, перекаты в группировке, лежа на животе и из упора на коленях. Упражнение на матах на укрепление брюшного пресса, гибкости. Игра. «Совушка» Заключительная часть: упражнение на внимание и расслабление.	Коммуникативные: Выполнять различные роли в группе, сотрудничать, решать поставленные задачи; Познавательные: анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения;

31 (4)	Акробатические упражнения.	1ч	Совершенствовать построения, перекаты в группировке, силовые упражнения сидя на матах. Разучить упражнения на матах в движении для развития координации движений.	Уметь выполнять строевые упражнения, перекаты в группировке, выполнять упражнения для укрепления брюшного пресса, развития гибкости, ловкости –упражнения в движении.	Подготовительная часть: ходьба, бег «змейкой», ОРУ и общеукрепляющие упражнения на матах сидя, лежа. Основная часть: акробатические элементы. Упражнения в движении (поточно) на матах: на четвереньках, на коленях, руки за голову, по-пластунски, переворот боком (правым и левым) Заключительная часть: упражнения на расслабление.	Познавательные: Научаться технически правильно выполнять двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности;
32 (5)	Равн-е. Строе-е упраж-я 5 часов	1ч	Учить перестроениям по звеньям, по заранее установленным местам, размыканию на вытянутые в стороны руки, поворотам направо, налево переступанием ,и выполнять команды: «Класс, шагом марш!», «На месте!», «Стой!». Познакомить с ходьбой по гимнастической скамейке. Игра «Змейка».	Уметь перестраиваться, размыкаться, выполнять повороты направо, налево переступанием, ходить по скамейке.	Подготовительная часть: ОРУ со скакалкой. Строевые упражнения в размыкании и перестроении и команды. Основная часть: стойко на одной ноге на гимнастической скамейке, ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук, перешагивание через мячи, положенные на скамейку. Игра «Змейка». и др. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	Предметные: Научаться выполнять комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток; Познавательные: Анализировать, сравнивать, группировать различные действия, упражнения; Коммуникативные: Выполняя различные роли в группе, сотрудничать в совместном решении проблемы (задачи).
33 (6)	Ходьба по скамейке.	1ч	Повторить перестроения по звеньям, по заранее установленным местам, размыкание на вытянутые в стороны руки повороты направо, налево переступанием выполнять команды «Класс, шагом марш!», «На	Уметь перестраиваться, размыкаться, выполнять повороты направо, налево переступанием, ходить по скамейке.	Подготовительная часть: ОРУ со скакалкой. Прыжки через скакалку. Строевые упражнения в размыкании и перестроении. Основная часть: стойко на одной ноге на гимнастической скамейке, ходьба по гимнастической скамейке с различным положением рук, перешагивание через мячи,	Коммуникативные: Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми;

			месте!», «Стой!». Закрепить ходьбу по гимнастической скамейке. игра «Змейка».		положенные на скамейку. Игра «Змейка». Заключительная часть: медленная ходьба	
34 (7)	Ходьба по гимнастическому бревну.	1ч	Закрепить перестроения по звеньям, по заранее установленным местам. размыкание на вытянутые в стороны руки. и повороты направо, налево переступанием. команды «Класс, шагом марш!», «На месте!», «Стой!». Повторить ходьбу по гимнастическому бревну. Познакомить с упражнениями на силу, в парах, на скамейке..	Уметь перестраиваться, размыкаться, выполнять повороты направо, налево переступанием, ходить по гимнастическому бревну	Подготовительная часть: ОРУ на скамейке сидя друг за другом (мальчики и девочки на разных скамейках), ноги врозь. Силовые упражнения в парах сидя и лежа на скамейке. Прыжки через скамейку (поточно). Основная часть: упражнения в движении по гимнастическому бревну: на носках, приставными шагами боком, , с перешагиванием через предметы. Заключительная часть: игра на внимание	Предметные: Научаться выполнять упражнения прикладной направленности; Познавательные: Преобразовывать информацию из одной формы в другую на основе заданий, данных учителем. Предметные: Освоение правил здорового и безопасного образа жизни.
35 (8)	Упражнения в равновесии	1ч	Отрабатывать раннее разученные строевые упражнения .Закрепить ходьбу по скамейке . Повторить силовые упражнения в парах на скамейке, прыжкам через скамейку.	Уметь перестраиваться, размыкаться, выполнять повороты направо, налево переступанием, ходить по рейке скамейки.	Подготовительная часть: ОРУ на скамейке сидя друг за другом (мальчики и девочки на разных скамейках), ноги врозь. Силовые упражнения в парах сидя и лежа на скамейке. Прыжки через скамейку (поточно). Основная часть: упражнения в движении по рейке гимнастической скамейки: на носках, приставными шагами боком, с перешагиванием через предметы. Заключительная часть: игра на внимание	Предметные: Научаться выполнять комплексы на развитие координации; Регулятивные: Владение умениями совместной деятельности; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;
36 (9)	Комплекс упражнений на гимнасти	1ч	Закрепить умение : построению отдельных команд по заранее установленным местам,	Уметь выполнять комплекс упражнений на скамейке, соревноваться по типу линейных	Подготовительная часть: ОРУ на скамейке на месте, прыжки поточно. Основная часть: построение по заранее установленным местам,	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;

	ческоу бревне,		разучить комплекс упражнений на гимнастическоу бревне, провести эстафеты	эстафет	эстафеты с пробеганием по гимнастическому бревну Заключительная часть: игра «Море волнуется».	: владение умениями совместной деятельности;
37 (10)	Опорный прыжок, Лазание по гимнастической стенке. 4 часа	1ч	. Проверить возможности учащихся в произвольном лазании по канату. Познакомить с лазанием по гимнастической скамейке и стенке, и перелезанием через коня.	Уметь лазать по гимнастической стенке и наклонной скамейке в различных положениях тела, по канату.	Подготовительная часть: ОРУ на гимнастической стенке Основная часть: лазание по стенке и наклонной скамейке, лазание по канату произвольным способом, перелезание через коня. Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания	Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Предметные: научиться выполнять комплексы на развитие координации; Коммуникативные: Учащиеся научатся: самостоятельному мышлению и инициативности, активно включаться во взаимодействие со сверстниками.
38 (11)	Лазание по канату.	1ч	. Произвольное лазание по канату. Повторить лазание по стенке и гимнастической скамейке в упоре присев и стоя на коленях, перелезание через коня.	Уметь лазать по гимнастической стенке и наклонной скамейке в различных положениях тела, по канату.	Подготовительная часть: ОРУ на гимнастической стенке Основная часть: лазание по стенке и наклонной скамейке, лазание по канату произвольным способом, прелезание через коня. Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания. Игра на внимание.	Регулятивные: Учащиеся научатся: выделять и осознавать, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач; Коммуникативные : Сотрудничество со сверстниками.
39 (12)	лазание по канату произволь	1ч	Отрабатывать лазание по гимнастической стенке, по канату и по гимнастической	Уметь лазать по гимнастической стенке и наклонной скамейке в	Подготовительная часть: ОРУ с гимнастическим обручем. Прыжки в обруче.	Предметные: научиться выполнять комплексы на развитие координации;

	ным способом,		скамейке в упоре присев и стоя на коленях, перелезание через коня.	различных положениях тела, по канату.	Основная часть: лазание по стенке и наклонной скамейке, лазание по канату произвольным способом, прелезание через коня. Эстафеты с лазанием и перелезанием. Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания. Игра на внимание.	Коммуникативные: Отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета. Коммуникативные: владение умениями совместной деятельности;
40 (13)	Лазание по шведской стенке и наклонной скамейке	1ч	Совершенствовать лазание по наклонной скамейке в упоре на коленях, в упоре присев. Лазание по канату. Познакомить с силовым упр. подтягивании (лежа на животе) по гимнастической скамейке ,и перелезание через горку матов.	Уметь лазать по гимнастической стенке и наклонной скамейке в различных положениях тела, по канату, перелезать через горку матов	Подготовительная часть: ОРУ с гимнастическим обручем. Прыжки в обруче. Основная часть: лазание по стенке и наклонной скамейке, лежа на животе, подтягиваясь руками, лазание по канату произвольным способом, перелезание через горку матов. Игры: с элементами лазанием и перелезанием Заключительная часть: игра на внимание.	Коммуникативные: Учащиеся научатся: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать полученные результаты, выслушивать партнера; Познавательные: Развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Регулятивные: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке.
41 (14)	Лыжная подготовка. Ступающий шаг. 4 часа	1ч	Рассказать о значении занятий на лыжах. Температурный режим. Технику безопасности на уроках лыжной подготовки, учить построению с лыжами в руках, укладке лыж на снег	Знать т/б на уроках лыжной подготовки, температурный режим, правилам укладки лыж на снег и надеванию креплений. Выполнять ступающий шаг без	Построение с лыжами в руках, укладка лыж на снег. Передвижение ступающим шагом по учебной лыжне. Дистанция 500м (2 круга) ступающим шагом.	Предметные: сформировать первоначальных представлений о ценностях о лыжном спорте и его значении; Личностные: воспитание

			и надеванию креплений. Познакомить с техникой ступающего шага без палок. Прохождение дистанции ступающим шагом до 500м	палок.		уважительного отношения к физическому, духовному и нравственному здоровью как своему, так и других людей;
42 (15)	Передвижение ступающим шагом	1ч	Повторить построение с лыжами в руках и надевание креплений, проверить одежду и обувь занимающихся. Продолжить обучение ступающим шагом. Дистанция 1000м.	Уметь передвигаться по дистанции ступающим шагом без палок.	Построение с лыжами в руках, укладка лыж на снег. Передвижение по учебной лыжне 400м. Продолжить обучение ступающим шагом. Закрепить технику ступающего шага на дистанции 600м	Регулятивные: учиться работать по предложенному учителем плану; Коммуникативные: совместно договариваться о правилах общения и поведения на уроках лыжной подготовки;
43 (16)	Передвижение ступающим шагом	1ч	Закрепить построение с лыжами в руках и надевание креплений. Продолжить обучение ступающим шагом без палок. Дистанция 1000м.	Уметь передвигаться по дистанции ступающим шагом без палок.	Передвижение по учебной лыжне 400м. Продолжить обучение ступающим шагом. Закрепить технику ступающего шага на дистанции 600м Игра «Рельсы», «Паравозики»	Личностные: Подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками; Метапредметные: Обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
44 (17)	Совершенствовать технику ступающего шага.	1ч	Совершенствовать ступающий шаг без палок. Дистанция до 1000м.	Уметь передвигаться по дистанции ступающим шагом без палок.	Передвижение по учебной лыжне 400м. Совершенствовать технику ступающего шага. Закрепить технику ступающего шага на дистанции 600м. Игра: смотри №51	Регулятивные: Удержание цели урока, определять границы умения и неумения, работа по плану. Предметные: Формирование навыка систематического

					урок.	наблюдения за показателями основных физических качеств
45 (18)	Сколь-й шаг. Повороты на месте перес-ем.	1ч	Познакомить с поворотами (на месте переступанием) и с техникой скользящего шага.. Разучить игры: «У кого лучше», «Ветер», «Солнышко». . Пройти дистанцию 800 в медленном темпе с целью закрепления скользящего шага и движения рук. Дать домашнее задание: прогулки на лыжах скользящим шагом	Выполнять повороты на месте переступанием, уметь играть в игры: «У кого лучше», «Ветер», «Солнышко». Выполнять одноопорное скольжение без палок.	Передвижение по учебной лыжне 200м. Учить поворотам переступанием на месте (фронтально). Разучить игры: «У кого лучше», «Ветер», «Солнышко». Обучение скользящим шагом без палок.. Пройти дистанцию 600м	Регулятивные: Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на уроке. Личностные: проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
46 (19)	Передвижение по лыжне скользящим шагом без палок	1ч	Закрепить технику передвижения скользящим шагом на учебном круге без палок. Повторить повороты на месте (вправо, влево). Пройти дистанцию 1000 в медленном темпе с целью закрепления скользящего шага и движения рук.	Выполнять передвижение по лыжне скользящим шагом без палок. Выполнять повороты на месте переступанием, приставные шаги вправо и влево.	Передвижение по учебному кругу скользящим шагом 400м. Повторить повороты на месте переступанием, приставные шаги вправо, влево. Прохождение дистанции 600 в медленном темпе с целью закрепления скользящего шага и движения рук.	Регулятивные: Определять цель выполнения заданий на уроке. Коммуникативные: Учащиеся научатся: устанавливать и соблюдать очерёдность действий, сравнивать полученные результаты; Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками;
47 (20)	Повороты на месте переступанием Подвижн	1ч	Совершенствовать технику передвижения скользящим шагом на учебном круге без палок. Повторить повороты на	Выполнять передвижение по лыжне скользящим шагом без палок. Выполнять повороты на месте	Передвижение по учебной лыжне 200м. Повторить повороты переступанием на месте	Личностные: Формирование у ребёнка ценностных ориентиров в области физической культуры;

48 (21)	ые игры		месте. Повторить игры: «У кого лучше», «Ветер», «Солнышко». Пройти дистанцию 1000 в медленном темпе с целью закрепления скользящего шага и движения рук.	переступанием, приставные шаги вправо и влево.	(фронтально). Повторить игры: «У кого лучше», «Ветер», «Солнышко». Прохождение дистанции 600 в медленном темпе с целью закрепления скользящего шага и движения рук.	Предметные: Овладение прикладно – ориентированными двигательными умениями и навыками;
3 четверть (27 ч) Лыжная подготовка.						
49 (1)	Подъемы и спуски. Сколь-ий шаг.	1 ч	Учить косому подъему на склон 15-20 градусов (без палок) и спуску в низкой стойке; подъем ступающим шагом. Совершенствовать скольжение без палок с ритмичной работой рук и хорошей амплитудой. Дать домашнее задание: подъемы и спуски со склонов изученным способом	Выполнять косой подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в низкой стойке. Выполнять передвижение по лыжне скользящим шагом без палок.	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе. Обучение косому подъему на склон ступающим шагом и спуску в низкой стойке. Прохождение дистанции 600 в среднем темпе с целью закрепления скользящего шага и ритмичной работой рук .	Предметные: развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма; Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в работе, сравнивая с образцом;
50 (2)		1 ч	Закрепить косой подъем на склон 15-20 градусов (без палок) и спуск в низкой стойке; подъем ступающим шагом. Совершенствовать скольжение без палок с ритмичной работой рук и хорошей амплитудой.	Выполнять косой подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в низкой стойке. Выполнять передвижение по лыжне скользящим шагом без палок.	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе. Повторение техники косого подъема на склон ступающим шагом и спуска в низкой стойке. Прохождение дистанции 600 в среднем темпе с целью закрепления скользящего шага и ритмичной работой рук .	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках;
51 (3)	спуск со склона в низкой стойке	1 ч	Закрепить требования к технике выполнения подъемов и спусков со склонов до 20	Выполнять косой подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в низкой стойке. Выполнять	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе. Повторение техники косого подъема на склон ступающим	Познавательные: Перерабатывать полученную информацию:

			градусов. Совершенствовать низкую стойку в момент спуска с горки. В медленном темпе пройти дистанцию до 1000м, совершенствуя скольжение с палками.	передвижение по лыжне скользящим шагом с палками.	шагом и спуска в низкой стойке. Прохождение дистанции 600 в среднем темпе с целью закрепления скользящего шага и ритмичной работой рук .	делать выводы в результате совместной работы всего класса.
52 (4)	подъем на склон ступающим	1 ч	Продолжить отрабатывать технику подъемов и спусков со склона. Пройти дистанцию до 800м с палками со средней скоростью. Дать домашнее задание: катание с горок с палками.	Выполнять косой подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в низкой стойке. Выполнять передвижение по лыжне скользящим шагом с палками.	Прохождение дистанции 200м в среднем темпе. Повторение техники косого подъема на склон ступающим шагом и спуска в низкой стойке. Прохождение дистанции 600м.	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках; Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в работе, сравнивая с образцом;
53 (5)	Проведение эстафеты.	1 ч	Провести эстафету с этапом до 50м с поворотами и передачей касанием рукой плеча товарища.. Пройти дистанцию до 500м. Задача: определить первых на финише (мальчики и девочки)	Проходить эстафету с этапом до 50м с высокой скоростью, используя скользящий шаг.	Дистанция 200м.прохождение дистанции ОРУ на лыжах. Проведение эстафеты. Определение победителей. Дистанция 300м с совершенствованием техники скользящего шага.	Предметные: развитие основных ф-х качеств и расширение функциональных возможностей организма; Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в работе, сравнивая с образцом;
54 (6)	повороты на месте	1 ч	Совершенствовать технику передвижения скользящим шагом с палками на учебном круге. Повторить эстафету с поворотами. Пройти в среднем темпе до 1000м с паками.	Выполнять технику скользящего шага, повороты на месте. Проходить эстафету с этапом до 50м с высокой скоростью, используя скользящий шаг.	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе. Проведение эстафеты. Определение победителей. Прохождение дистанции 600 в среднем темпе с целью закрепления скользящего шага и ритмичной работой рук .	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках; Познавательные: научиться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической

						подготовленности;
55 (7)	Прохождение дистанции 1000м	1 ч	Продолжить отрабатывать технику передвижения скользящим шагом на учебном круге. Пройти в среднем темпе до 1000м с паками.	Проходить длинную дистанцию в среднем темпе скользящим шагом.	Прохождение дистанции 1000м в среднем темпе. Акцент – на правильную работу рук ..	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
56 (8)	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе	1 ч	Совершенствовать технику передвижения скользящим шагом на учебном круге. Провести эстафету со спуском и подъемом (поворот у подножия склона вокруг палки) Провести игру «Смелее с горки».	Выполнять технику скользящего шага, повороты на месте. Проходить эстафету с этапом до 50м с высокой скоростью, используя скользящий шаг. Уметь играть в игру «Смелее с горки».	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе. Проведение эстафеты. Определение победителей. Проведение игры: «Смелее с горки». Прохождение дистанции 200 в среднем темпе с целью закрепления скользящего шага и ритмичной работой рук .	Коммуникативные: учиться согласованно работать в группе, учиться планировать работу в группе; Личностные: развитие самостоятельности в поиске решения различных задач;
57 (9)	эстафету с этапом до 50м	1 ч	Совершенствовать технику передвижения скользящим шагом с палками на учебном круге. Провести эстафету со спуском и подъемом (поворот у подножия склона вокруг палки) Провести игру «Смелее с горки».	Выполнять технику скользящего шага, повороты на месте. Проходить эстафету с этапом до 50м с высокой скоростью, используя скользящий шаг. Уметь играть в игру «Смелее с горки».	Прохождение дистанции 400м в среднем темпе. Проведение эстафеты. Определение победителей. Проведение игры: «Смелее с горки». Прохождение дистанции 200 в среднем темпе с целью закрепления скользящего шага и ритмичной работой рук.	Личностные: отработка навыков самостоятельной и групповой работы; Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках;
58 (10)	Игры, эстафеты	1 ч	Игры, эстафеты с этапом до 50-80м без палок, , со спуском и подъемом	Уметь проходить эстафету, играть в игры, ранее пройденные на	Проведение эстафеты. Определение победителей.	Регулятивные: учащиеся научиться: выделять и осознавать, Что уже

				уроках.	Повторить игры: «Смелее с горки», Ветер», «Солнышко».	усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Коммуникативные: овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности;
59 (11)	Игры, эстафеты	1 ч	Игры, эстафеты с этапом до 50-80м без палок, со стрельбой в цель (биатлон)	Уметь проходить эстафету, играть в игры, ранее пройденные на уроках.	Проведение эстафеты. Определение победителей. Повторить игры: «Смелее с горки», Ветер», «Солнышко».	Регулятивные: учащиеся научиться: выделять и осознавать, Что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Коммуникативные: овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности;
60 (12)	Прохождение дистанции 1000м в среднем темпе	1 ч	Продолжить отрабатывать технику передвижения скользящим шагом на учебном круге. Пройти в среднем темпе до 1000м с паками.	Проходить длинную дистанцию в среднем темпе скользящим шагом.	Прохождение дистанции 1000м в среднем темпе. Акцент – на правильную работу рук ..	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
61 (13)	передвижения скользящим шагом	1 ч	Продолжить отрабатывать технику передвижения скользящим шагом на учебном круге. Пройти в среднем темпе до 1000м с паками.	Проходить длинную дистанцию в среднем темпе скользящим шагом.	Прохождение дистанции 1000м в среднем темпе. Акцент – на правильную работу рук ..	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных

						заданий, отбор способов их исправления;
62 (14)	спуск со склона в низкой стойке	1 ч	Продолжить отрабатывать технику подъемов и спусков со склона. Пройти дистанцию до 800м с палками со средней скоростью. Дать домашнее задание: катание с горок с палками.	Выполнять косой подъем на склон ступающим шагом и спуск со склона в низкой стойке. Выполнять передвижение по лыжне скользящим шагом с палками.	Прохождение дистанции 200м в среднем темпе. Повторение техники косого подъема на склон ступающим шагом и спуска в низкой стойке. Прохождение дистанции 600м.	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих уроках; Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в работе, сравнивая с образцом;
63 (15)	Игры, эстафеты	1 ч	Игры, эстафеты с этапом до 50-80м без палок, , со спуском и подъемом	Уметь проходить эстафету, играть в игры, ранее пройденные на уроках.	Проведение эстафеты. Определение победителей. Повторить игры: «Смелее с горки», Ветер», «Солнышко».	Регулятивные: учащиеся научиться: выделять и осознавать, Что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Коммуникативные: овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности;
64 (16)	Разв-ие скор-ой выос-ти.	1 ч	Провести соревнования на дистанцию 500м с раздельным стартом через 10-20 секунд парами (девочки после мальчиков)	Уметь проходить соревновательную дистанцию 500м в быстром темпе.	Прохождение дистанции 200м. Проведение соревнований на дистанцию 500м с раздельным стартом.	Личностные: подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; Регулятивные: научиться владеть навыками контроля за своей деятельностью;
65 (17)	эстафета круговая.	1 ч	Провести свободное катание с горки. Эстафета с этапом до 100м (2-3 раза); эстафета круговая.	Уметь выполнять круговую эстафету.	Прохождение дистанции 200м. Проведение круговой эстафеты с этапом до 100м (2-3 раза). Свободное катание с горки (повторить подъем на склон и спуск в низкой стойке).	Метапредметные: научиться технично правильно выполнять двигательные действия из ранее изученного материала; Личностные: подчинение своих желаний сознательно

						поставленной цели;
66 (18)	Свободное катание с горки	1 ч	Провести свободное катание с горки. Эстафета с этапом до 300м; эстафета круговая.	Уметь выполнять круговую эстафету.	Прохождение дистанции 200м. Проведение круговой эстафеты с этапом до 100м (2-3 раза). Свободное катание с горки (повторить подъем на склон и спуск в низкой стойке).	Метапредметные: научиться технично правильно выполнять двигательные действия из ранее изученного материала; Личностные: подчинение своих желаний сознательно поставленной цели;
67 (19)	Игры, эстафеты	1 ч	Игры, эстафеты с предметами, , со спуском и подъемом	Уметь проходить эстафету, играть в игры, ранее пройденные на уроках.	Проведение эстафеты. Определение победителей. Повторить игры: «Смелее с горки», Ветер», «Солнышко».	Регулятивные: учащиеся научиться: выделять и осознавать, Что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уровня усвоения; Коммуникативные: овладеют навыками организации и участия в коллективной деятельности;
68 (20)	Учёт на дистанцию 500м	1 ч	Вторично провести контрольную прикидку на дистанцию 500м. Дать домашнее задание: подготовить спортивную одежду и обувь для занятий в спортивном зале.	Уметь проходить соревновательную дистанцию 500м в быстром темпе.	Прохождение дистанции 200м. Вторичное проведение соревнований на дистанцию 500м с раздельным стартом (сравнить результаты с первыми соревнованиями).	Регулятивные: принятие учебной задачи, работа по плану, оценка своей работы по (скоростной выносливости); Личностные: проявление положительных качеств и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
69 (21)	Развитие скоростно-силовых и координацион	1 ч	Разучить комплекс ОРУ со скакалкой. Повторить прыжки через скакалку различными	Уметь выполнять ОРУ со скакалкой, прыгать через скакалку способом «с ноги на ногу».	Подготовительная часть: ходьба, бег по кругу. Перестроения в 3 колонны расчетом на 1-3.	Познавательные: ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с

	ных качеств. Упражнения со скакалкой 2 часа		способами. Провести игры с бегом с отдыхом между ними. Дать домашнее задание: выполнять утреннюю гимнастику.		ОРУ со скакалкой. Основная часть: Прыжки через скакалку: вращая вперед на двух ногах, «с ноги на ногу». Игры: «салки-елочки», «Дети и медведи», «Море волнуется». Заключительная часть: спокойная ходьба с восстановлением дыхания.	помощью учителя; Предметные: обогащение двигательного опыта жизненно важными двигательными умениями и навыками;
70 (22)	Прыжки через скакалку:	1 ч	Повторить комплекс ОРУ со скакалкой. Совершенствовать прыжки через скакалку различными способами. Провести игры с мячом.	Уметь выполнять ОРУ со скакалкой, прыгать через скакалку способом «с ноги на ногу», на двух ногах, вращая вперед.	Подготовительная часть: ходьба с различным положением рук на носах, пятках, с высоким подниманием колена, с закидыванием голени назад. Бег «змейкой» по линиям зала. Перестроения в 3 колонны расчетом на 1-3. ОРУ со скакалкой. Основная часть: Прыжки через скакалку: вращая вперед на двух ногах, «с ноги на ногу», на правой и левой ноге поочередно. Игры: «Салки с ленточками», «Чай-выручай». Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания. Игра на внимание.	Предметные: научиться выполнять комплексы физических упражнений на развитие координаций; Регулятивные: научиться контролировать процесс и результаты деятельности;
71 (23)	Развитие силы. Упражнения на гимнастическ ой стенке. 2 часа	1 ч	Разучить комплекс упражнений на гимнастической стенке. Провести игры с лазанием по гимнастической стенке, игры с бегом и прыжками.	Выполнять упражнения на гимнастической стенке, играть в игры с лазанием и перелезанием.	Подготовительная часть: ходьба с различным положением рук на носах, пятках, с высоким подниманием колена, с закидыванием голени назад. Бег «змейкой» по линиям зала, бег по кругу, ОРУ в движении. Основная часть: Разучивание комплекса общеукрепляющих	Предметные: научиться выполнять упражнения прикладной направленности; Коммуникативные: владение умениями совместной деятельности;

					упражнений на гимнастической стенке. Провести игру с лазанием по стенке: «Пчелки». Разучить игры: «Волк во рву», «Воробушки». Заключительная часть: игра на внимание «Светофор».	
72 (24)	комплекс упражнений на гимнастической стенке.	1 ч	Повторить комплекс упражнений на гимнастической стенке. Провести эстафеты с предметами.	Выполнять упражнения на гимнастической стенке, играть в игры с лазанием и перелезанием.	Подготовительная часть: игра «День-ночь». Основная часть: Разучивание комплекса общеукрепляющих упражнений на гимнастической стенке. Повторить игры с лазанием по стенке: «Пчелки», «Волк во рву», «Воробушки». Заключительная часть: игра на внимание «Карлики и великаны».	Предметные: отработка знаний умений, приобретенных на предыдущих занятиях; Коммуникативные: отстаивать свою точку зрения, соблюдая правила речевого этикета;
73 (25)	Развитие ловкости, выносливости . Упражнения на гимнастических матах. 2 часа	1 ч	Разучить комплекс общеразвивающих и общеукрепляющих упражнений на матах в положении сидя и лежа. Передвижение (поточно) по дорожке из матов различными способами: на животе, спине, боком и т. Д. Игра с мячом, бегом.	Выполнять комплекс общеразвивающих и общеукрепляющих упражнений на матах в положении сидя и лежа. Передвигаться (поточно) по дорожке из матов различными способами: на животе, спине, боком и т. Д.	Подготовительная часть: ходьба, бег лицом вперед, спиной вперед, приставными шагами правым, левым боком. ОРУ на матах в положении сидя. Основная часть: разучить комплекс упражнений для развития силы мышц брюшного пресса, спины, верхнего плечевого пояса. Передвижение (поточно в двух колоннах мальчики и девочки отдельно) по дорожке из 3-4 матов различными способами: на животе, спине, боком и т. Д. Игры с бегом. Заключительная часть: игра на внимание «Карлики и великаны».	Коммуникативные: учащиеся научаться: сотрудничать с товарищами при выполнении заданий, сравнивать полученные результаты, выслушивать партнера; Познавательные: ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
74	упражнений на	1	Повторить комплекс	Выполнять комплекс	Подготовительная часть: ходьба,	Предметные:

(26)	матах в положении сидя и лежа.	ч	общеразвивающих и общеукрепляющих упражнений на матах в положении сидя и лежа. Передвижение (поточно) по дорожке из матов различными способами: на животе, спине, боком и т. Д. Игра с мячом, бегом.	общеразвивающих и общеукрепляющих упражнений на матах в положении сидя и лежа. Передвигаться (поточно) по дорожке из матов различными способами: на животе, спине, боком и т. Д.	бег лицом вперед, спиной вперед, приставными шагами правым, левым боком. ОРУ на матах в положении сидя. Основная часть: разучить комплекс упражнений для развития силы мышц брюшного пресса, спины, верхнего плечевого пояса. Передвижение (поточно в двух колоннах мальчики и девочки отдельно) по дорожке из 3-4 матов различными способами: на животе, спине, боком и т. Д. Игры с бегом. Заключительная часть: игра на внимание «Карлики и великаны».	формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием; Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих занятиях;
75 (27)	Развитие быстроты в подвижных играх. 1 час	1 ч	Провести игру «день-ночь». Игра «Охотники и хтки» Подведение итогов 3 четверти. Дать домашнее задание на каникулы: выполнять УГГ, используя упражнения, разученные на уроках физкультуры.	Уметь играть в командные подвижные игры с мячом.	Подготовительная часть: игра «День-ночь». Основная часть: играть в игру «Перестрелка» (или «Охотники и утки») по желанию детей. Заключительная часть: медленная ходьба.	Предметные: ознакомление учащихся со спортивной терминологией; Личностные: проявление активности, стремление к получению новых знаний;

4 четверть (24 ч)

Легкая атлетика и подвижные игры с элементами баскетбола.

76 (1)	Подвижные игры с элементами баскетбола. 4 часа	1 ч	Инструктаж по технике безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Учить расчету на первый второй и выполнению команд и разным видам ходьбы, медленному бегу до 1 мин. Познакомить с комплексом упражнений в парах с	Знать технику безопасности на занятиях подвижными и спортивными играми. Уметь рассчитывать на первый-второй, выполнять команды «Смирно!», «Вольно!». Выполнять передачу и ловлю мяча в парах на	Подготовительная часть: строевые упражнения. Разные виды ходьбы, медленный бег до 1 мин. Комплекс ОРУ в парах с б/б мячом. Основная часть: Ловля и передача мяча на месте снизу. Бросок мяча снизу. Игра. Заключительная часть: медленная	Познавательные: обучение работе с разными видами информации, умение читать дидактические иллюстрации: Личностные: проявление активности, стремление к получению новых знаний;
---------------	---	-----	---	---	---	---

			баскетбольным мячом: (ловля мяча на месте и передаче мяча снизу) Игра: «Бросай, поймай»	месте. Выполнять бросок мяча в кольцо снизу.	ходьба с восстановлением дыхания.	
77 (20)	упражнений в парах с баскетбольным мячом	1 ч	Смотри урок №76 (строевые упр-я) Повторить комплекс упражнений в парах с баскетбольным мячом и ловля мяча на месте и передачу мяча снизу. Игра «Бросай, поймай»	Уметь рассчитывать на первый-второй, выполнять команды «Смирно!», «Вольно!». Выполнять передачу и ловлю мяча в парах на месте. Выполнять бросок мяча в кольцо снизу.	Подготовительная часть: строевые упражнения. Разные виды ходьбы, медленный бег до 1 мин. Комплекс ОРУ в парах с б/б мячом. Основная часть: Ловля и передача мяча на месте снизу. Бросок мяча снизу. Игра. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	Коммуникативные: формированию умений планировать общую цель и пути ее достижения; Личностные: проявление активности, стремление к получению новых знаний;
78 (3)	Ловля и передача мяча на месте от груди двумя руками	1 ч	Учить передачам мяча в парах (на месте от груди двумя руками, от плеча правой и левой руками.) Ведение мяча на месте и с небольшим передвижением вперед. Учить броскам в кольцо от груди двумя руками.	Уметь рассчитывать на первый-второй, выполнять команды «Смирно!», «Вольно!». Выполнять передачу и ловлю мяча в парах на месте двумя руками от груди, одной от плеча. Выполнять бросок мяча в кольцо от груди двумя руками.	Подготовительная часть: строевые упражнения. Разные виды ходьбы, медленный бег до 1 мин. ОРУ в движении. Основная часть: Ловля и передача мяча на месте от груди двумя руками, от плеча правой и левой руками. Ведение мяча на месте и с небольшим передвижением. Бросок мяча в кольцо от груди двумя руками. Игра. Заключительная часть: игра на внимание.	Коммуникативные: договариваться в отношении целей и способов действия, распределения функций и ролей в совместной деятельности; Личностные: проявление активности, стремление к получению новых знаний;

79 (4)	бросками в кольцо, передачами мяча в парах	1 ч	Провести круговую тренировку с использованием разученных элементов. Развивать координационные, силовые способности, прыгучесть.	Уметь проходить «станции» по типу круговой тренировки, с использованием разученных элементов баскетбола.	Подготовительная часть: ходьба, ору в движении, бег по кругу и «змейкой» Основная часть: круговая тренировка с элементами баскетбола: ведением мяча, бросками в кольцо, передачами мяча в парах (через волейбольную сетку); упражнениями для развития физических качеств: прыжками через скакалку, лазанием по канату (потягиванием в висе). Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	Коммуникативные: понимать общую задачу урока и точно выполнять свою часть работы; Личностные: проявление активности, стремление к получению новых знаний; Познавательные: научиться простейшим способам контроля за отдельными показателями физической подготовленности;
80 (5)	Легкая атлетика. Прыжок в высоту. Метание. 4 часа	1 ч	Разучить разные виды ходьбы, многоскоки с ноги на ногу, медленный бег до 2 мин. Учить с прямого разбега прыжку в высоту через резинку и метанию в вертикальную цель. Провести игру «Смена сторон».	Уметь выполнять разновидности ходьбы, бега: спец.беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. Метать мяч в вертикальную цель, выполнять прыжок в высоту с разбега.	Подготовительная часть: разновидности ходьбы, медленный бег до 2 минут. Спец.беговые и прыжковые упражнения, многоскоки. ОРУ с малыми мячами. Основная часть: Имитация метательного движения. Метание в вертикальную цель.. Обучение прыжка в высоту с прямого разбега. Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	Личностные: проявление активности, стремление к получению новых знаний; Предметные: овладение прикладно-ориентированными умениями и навыками;
81 (6)	Метание в вертикальную цель	1 ч	Повторить разные виды ходьбы, многоскоки с ноги на ногу, медленный бег до 2 мин.	Уметь выполнять разновидности ходьбы, бега. и спец.беговые и	Подготовительная часть: разновидности ходьбы, медленный бег до 2 минут. Спец.беговые и прыжковые	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих занятиях;

			Закрепить прыжок в высоту с прямого разбега в 3 шага. Продолжить обучение метанию по вертикальной цели с места. Провести игру с бегом «Вызов номеров».	прыжковые упражнения, многоскоки. Метать мяч в вертикальную цель, выполнять прыжок в высоту с разбега.	упражнения, многоскоки. ОРУ с малыми мячами. Основная часть: Имитация метательного движения. Метание в вертикальную цель.. Обучение прыжка в высоту с прямого разбега. Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	Регулятивные: удержание цели урока, работа по плану, исправление ошибок в своей работе, сравнивая с образцом;
82 (7)	Прыжок в высоту	1 ч	Повторить разные виды ходьбы, многоскоки с ноги на ногу, медленный бег до 2 мин. Продолжить отрабатывать технику прыжка в высоту с прямого разбега в 3 шага (акцент - на разбег в прыжке через резинку). Познакомить прыжкам через качающуюся скакалку (в тройках).	Уметь выполнять разновидности ходьбы, бега. Спец.беговые и прыжковые упражнения, многоскоки., Выполнять прыжок в высоту с разбега, и через качающуюся скакалку.	Подготовительная часть: медленный бег до 2 минут. ОРУ со скакалкой, прыжки через скакалку. Основная часть: деление на тройки для выполнения прыжков через качающуюся скакалку. Прыжок в высоту .Игра «Волк во рву» Заключительная часть: игра на внимание.	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих занятиях; Предметные: овладение прикладно-ориентированными умениями и навыками;
83 (8)	Прыжок в высоту с разбега – учет.	1 ч	Учить перестроению из одной шеренги в две после расчета. Повторить прыжки через качающуюся скакалку (в тройках) и многоскоки с ноги на ногу (до 8 прыжков) Игра «Кто дальше?». Прыжок в высоту с разбега – учет.	Уметь рассчитывать на первый, второй и перестраиваться в две шеренги. Выполнять прыжок в высоту и через качающуюся скакалку .Определить победителя.	Подготовительная часть: разновидности ходьбы и бега, многоскоки. Игра «Кто дальше?» Перестроение из одной шеренги в две после расчета. ОРУ со скакалкой. Основная часть: прыжки через вращающуюся скакалку (в тройках). Прыжок в высоту с разбега – учет. Заключительная часть: игра на внимание.	Регулятивные: научиться планировать – определять последовательность промежуточных целей с учетом конечного результата; Познавательные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

84 (9)	Упр-я для развития скоростно-силовых, координационных способ-й 7 час	1 ч	Повторить перестроение из одной шеренги в две. Разучить комплекс упражнений с гимнастической палкой. Повторить зачетные упражнения – бег 3*10м (челночный бег), прыжок в длину с места.	Уметь рассчитывать на первый, второй и перестраиваться в две шеренги. Выполнять контрольные упражнения (КУ).	Подготовительная часть: перестроение из одной шеренги в две после расчета. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. Основная часть: тренировка в прыжках в длину с места, челночный бег 3*10м с кубиками. Заключительная часть: игра на внимание.	Предметные: отработка знаний и умений, приобретенных на предыдущих занятиях; Коммуникативные: учащиеся научатся: устанавливать и соблюдать очередность действий, сравнивать полученные результаты;
85 (10)	Челночный бег 3*10м – учёт	1 ч	Совершенствовать строевые и общеразвивающие упражнения, пройденные на предыдущем уроке. Повторить прыжок в длину с места. Челночный бег 3*10м – учет.	Уметь рассчитывать на первый, второй и перестраиваться в две шеренги. Выполнять контрольные упражнения (КУ).	Подготовительная часть: перестроение из одной шеренги в две после расчета. Комплекс упражнений с гимнастической палкой. Основная часть: тренироваться в прыжках в длину с места. Челночный бег 4*10м – учет. Заключительная часть: спокойная ходьба с восстановлением дыхания.	Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; Познавательные: научиться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности; Регулятивные: научиться объективно оценивать свои учебные достижения;
86 (11)	Прыжок в длину с места – учет.	1 ч	Провести полосу из пяти препятствий в зале. Продолжить тренироваться прыгать через качающуюся скакалку. Прыжок в длину с места – учет.	Уметь проходить полосу из пяти препятствий в зале. Выполнять прыжки через качающуюся скакалку. Определить победителя в прыжках.	Подготовительная часть: разновидности ходьбы и бега, многоскоки. ОРУ в движении. Основная часть: Прыжки через качающуюся скакалку . Прыжок в длину с места – учет. Игра с бегом. Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	Познавательные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. Регулятивный: научиться объективно оценивать свои учебные достижения;
87 (12)	Провести полосу из пяти препятствий в зале - учет.	1 ч	Провести полосу из пяти препятствий в зале - учет. Разучить комплекс упражнений на полу	Уметь за короткое время, в короткий промежуток времени проходить полосу препятствий.	Подготовительная часть: ходьба, медленный бег, ОРУ в движении. Основная часть: полоса препятствий – учет.	Познавательные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате

			(общеразвивающие и на гибкость). Разучить упражнение – наклоны вперед в положении сидя (тест).	Выполнять упражнение – наклон вперед в положении сидя (тест).	Общеукрепляющие упражнения на полу, упражнение – наклоны вперед в положении сидя (тест). Игра с бегом. Заключительная часть: игра на внимание.	совместной работы всего класса. Регулятивный: научиться объективно оценивать свои учебные достижения;
88 (13)	Подтягивание на перекладине.	1 ч	Повторить комплекс упражнений на полу (общеразвивающие и на гибкость) и упражнение – наклоны вперед в положении сидя (тест). Провести тренировку в подтягивании: мальчики – в висе, девочки – в висе лежа.	Выполнять упражнение – наклон вперед в положении сидя (тест). Уметь подтягиваться на высокой (мальчики) и низкой (девочки) перекладинах.	Подготовительная часть: ходьба, медленный бег, ОРУ сидя на матах. Основная часть: Общеукрепляющие упражнения на полу, упражнение – наклоны вперед в положении сидя (тест). Подтягивание на перекладине. Игра с бегом и прыжками. Заключительная часть: игра на внимание.	Познавательные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. Регулятивные: научиться объективно оценивать свои учебные достижения; Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;
89 (14)	тест на гибкость	1 ч	Провести тест на гибкость. Тренировать детей в подтягивании. Провести игру по выбору детей.	Выполнять тест на гибкость. Уметь подтягиваться на высокой (мальчики) и низкой (девочки) перекладинах.	Подготовительная часть: ходьба, медленный бег, ОРУ сидя на матах. Основная часть: Общеукрепляющие упражнения на полу, тест на гибкость. Подтягивание на перекладине. Заключительная часть: игра на внимание.	Познавательные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса. Регулятивные: научиться объективно оценивать свои учебные достижения; Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;
90 (15)	Подтягивание – учет.	1 ч	Подтягивание – учет. Игры эстафеты с мячом.	Выполнять КУ - подтягивание на высокой	Подготовительная часть: ходьба, разновидности бега и	Познавательные: развитие интереса к

				(мальчики) и низкой (девочки) перекладинах.	передвижений. Разучить комплекс упражнений с использованием гимнастической стенки. Основная часть: подтягивание – учет. Игра – эстафета «Вызов номеров». Заключительная часть: медленная ходьба с восстановлением дыхания.	самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми; Предметные: формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием;
91 (16)	Метание мяча на дальность. Прыжок в длину с места. 9 часов.	1 ч	На площадке. Разучить ходьбу с изменением скорости, медленный бег до 2.5 минут, дыхательные упражнения после бега. Учить в парах метанию мяча с места на дальность. Провести встречную эстафету с этапом до 30м.	Выполнять метание мяча на дальность. Уметь пробегать короткую дистанцию 30м в эстафете.	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки. Медленный бег 2,5 мин, дыхательные упражнения. ОРУ в кругу (проводят дети). Основная часть: Имитация метания мяча, метание мяча на дальность.Эстафета. Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Регулятивные: определять цель выполнения заданий на уроке; Предметные: овладение прикладно-ориентированными умениями и навыками;
92 (17)	Бег 30м – учет	1 ч	Разучить комплекс УГГ для выполнения утром дома. Провести бег с преодолением простейших препятствий. Бег 30м – учет.	Уметь выполнять бег с преодолением простейших препятствий. Уметь пробегать короткую дистанцию – 30м за наименьшее время.	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки. Медленный бег 2,5 мин с преодолением простейших препятствий, дыхательные упражнения. Разучить комплекс УГГ для выполнения утром дома. Основная часть: Бег 30м – учет. Игра с мячом. Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Предметные: овладение прикладно-ориентированными умениями и навыками; Метапредметные: формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
93 (18)	прыжок в длину с разбега 5-7 шагов	1 ч	Медленный бег до 3 минут, дыхательные упражнения после бега. Продолжить разучивание и	Выполнять прыжок в длину с разбега 5-7 шагов с отталкиванием удобной ногой. Выполнять метание	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки. Медленный бег 2,5 мин, дыхательные упражнения.	Регулятивные: учиться работать по предложенному учителем плану;

			закрепление порядка выполнения комплекса упражнений и обучение в метании Учить прыжкам в длину с разбега 5-7 шагов с отталкиванием удобной ногой.	мяча в парах.	Разучить комплекс УГГ для выполнения утром дома. Основная часть: учить прыжку в длину с разбега 5-7 шагов с отталкиванием удобной ногой в прыжковую яму. Метание мяча в парах. Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Метапредметные: определить наиболее эффективные способы достижения результата;
94 (19)	прыжок в длину с разбега 5-7 шагов	1 ч	Медленный бег до 3 минут, дыхательные упражнения после бега. Закрепить разбег и отталкивание удобной ногой в прыжках в длину с 5-7 шагов разбега и метанию мяча на дальность. Провести встречную эстафету с передачей эстафетной палочки с этапом 30м.	Уметь выполнять длительный бег с равномерной скоростью и разбег с отталкиванием удобной ногой в прыжках в длину с 5-7 шагов разбега. Уметь метать мяч на дальность и соревноваться в эстафетах.	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки. Медленный бег до 3 мин, дыхательные упражнения. Основная часть: Закрепить разбег и отталкивание удобной ногой в прыжках в длину с 5-7 шагов разбега. Продолжить обучение метанию мяча на дальность. Встречная эстафета с этапом до 30м. Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Регулятивные: учиться отличать верно выполненное задание от неверного; Предметные: развитие физических качеств и физических способностей;
95 (20)	Метание на дальность – учет.(техника)	1 ч	Совершенствовать навык разбега и отталкивания в прыжках в длину. Метание на дальность – учет.(техника)	Выполнять разбег и отталкивание удобной ногой в прыжках в длину с 5-7 шагов разбега. Уметь метать мяч на дальность	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки, ОРУ в движении. Медленный бег до 4 мин, дыхательные упражнения. Основная часть: Совершенствовать навык разбега и отталкивания в прыжках в длину. Метание на дальность – учет(техника). Игра с бегом. Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Личностные: подчинение своих желаний сознательно поставленной цели; Познавательные: научиться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;

96 (21)	: игры с мячами	1 ч	Медленный бег до 4 минут, дыхательные упражнения после бега. Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ. Оценить несколько учеников (для примера другим). Игра – эстафета с предметами.	Уметь выполнять с равномерной скоростью бег 4 минуты и последовательно проводить комплекс УГГ.	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки. Медленный бег до 4 мин, дыхательные упражнения. Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ (в кругу). Основная часть: игры с мячами (перестрелка, футбол). Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Предметные: развитие основных физических качеств и расширение функциональных возможностей организма; Личностные: подчинение своих желаний, сознательно поставленной цели;
97 (22)	Прыжок в длину с разбега – (техника)	1 ч	Прыжок в длину с разбега – (техника)	Уметь выполнять прыжок в длину с разбега (техника)	Подготовительная часть: ходьба до беговой дорожки. Медленный бег до 4 мин, дыхательные упражнения. Совершенствовать технику движений при выполнении комплекса УГГ (в кругу). Основная часть: прыжок в длину с разбега – учет. игры с мячами (перестрелка, футбол). Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Метапредметные: обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления; Познавательные: научиться контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;
98 (23)	учет по шестиминутному бегу	1 ч	Организовать и провести учет по шестиминутному бегу или бегу 1000м без учета времени.	Уметь пробегать длинную дистанцию со средней скоростью.	Подготовительная часть: бег 200м. Разминка. Основная часть: бег 1000 м без учета времени (или шестиминутный бег). Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Познавательные: перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.
99 (24)	подвижные игры	1 ч	Провести игры с бегом и прыжками по желанию детей. Провести беседы. Дать задание не умеющим плавать – за лето научиться держаться на воде, а тем кто	Знать правила и уметь играть в подвижные игры и эстафеты.	Подготовительная часть: бег 400м. ОРУ в кругу (проводят дети). Основная часть: игры с бегом, с мячом (по желанию детей). Заключительная часть: спокойная ходьба до спортивного зала.	Регулятивные: научиться объективно оценивать свои учебные достижения; Познавательные: перерабатывать полученную информацию:

			умеет плавать – проплывать 5-10м любым способом.			делать выводы в результате совместной работы всего класса.
--	--	--	---	--	--	--

Учебно-методическое обеспечение.

№	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1.	Основная литература для учителя и учащихся	
1.1.	Лях В.И., Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–4-х классов. – М.: Просвещение, 2011.	1
1.2.	Лях В.И. Мой друг – физкультура. Учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы. Москва «Просвещение» 2011	1
1.3.	Рабочая программа по физической культуре для начальных школ. ВАКО с КТП М; «Просвещение»2015.(комплект)	1
	Учебно и материально-техническое обеспечение.	
2.	Технические средства обучения	
2.1	Магнитофон и аудиозаписи	1
3.	Учебно-практическое оборудование	
3.1	Бревно гимнастическое напольное	1
3.2	Козел гимнастический	1
3.3	Канат для лазанья	2
3.4	Перекладина гимнастическая (пристеночная)	1
3.5	Стенка гимнастическая	8
3.6	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 6 м)	2
3.7	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания)	4
3.8	Мячи: набивные весом 1 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные, футбольные,	6,30,20,6
3.9	Палка гимнастическая	30
3.10	Скакалка детская	30
3.11	Мат гимнастический	4
3.12	Гимнастический подкидной мостик	1
3.13	Кегли (комплект)	1
3.14	Обруч пластиковый детский	10
3.15	Планка для прыжков в высоту	1
3.16	Стойка для прыжков в высоту (комплект)	1
3.17	Конусы малые, большие, с отверстиями	24,8, 12
3.19	Рулетка измерительная	1
3.20	Гантели 500гр, 1 кг	28, 20
3.21	Щит баскетбольный	2
3.22	Сетка для переноски и хранения мячей	1
3.23	Сетка волейбольная	1
3.24	Комплект лыж: ботинки, палки.	15

