




МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 31 г. ИШИМА»

Рассмотрено
Руководитель ШМО
 /А.В.Белых/
Протокол
от «24» 08.2021 г. № 6

Согласовано
Заместитель директора по УВР
 /Е.Г.Заворохина/
от «24» 08.2021 г.

Утверждаю
Директор МАОУ СОШ № 31 г.Ишима
 /В.Д.Олькин/
Приказ от «25» 08.2021 г. № 255-од

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
для реализации АООП НОО
для обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2)
1 класс
(2021 – 2022 уч. год)

Учитель начальных классов
высшей категории
Скакунова Лариса Аркадьевна

2021г.

1.Пояснительная записка

Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2) по физической культуре для 1 класса составлена в соответствии заключения ПМПК о создании специальных условий для получения образования № 334 от 28.08.2021.

На основании следующих нормативно-правовых документов:

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".
- Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития (вариант 7.2), утвержденная приказом директора МАОУ СОШ №31 от 25.08.2021 №254-од

За основу рабочей программы по предмету «Физическая культура» взят 1 вариант примерного тематического планирования примерной программы по физической культуре и авторской программы курса УМК «Начальная школа 21 века», Москва, «Вентана-Граф», 2011 г.

Основные задачи реализации содержания:

Укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению, формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

Овладение основными представлениями о собственном теле, возможностях и ограничениях его физических функций, возможностях компенсации. Формирование понимания связи телесного самочувствия с настроением, собственной активностью, самостоятельностью и независимостью.

Овладение умениями поддерживать образ жизни, соответствующий возрасту, потребностям и ограничениям здоровья, поддерживать режим дня с необходимыми оздоровительными процедурами.

Овладение умениями включаться в занятия на свежем воздухе, адекватно дозировать физическую нагрузку, соблюдать необходимый индивидуальный режим питания и сна. Формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Развитие основных физических' качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости). Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

2.Общая характеристика учебного предмета

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

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Особенности обучения физической культуре в 1-4 классах по адаптированной программе:

Система физического воспитания детей с проблемами развития включает уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня (физкультминутки на уроках, упражнения и игры на переменах, во внеурочное время), спортивно-массовые мероприятия.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Адаптированная программа изучения курса «Физическая культура» в 1 классе рассчитана на 66 часов в год - по 2 часа в неделю, что в целом доступно для учащихся с ЗПР.

4. Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у обучающихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

5. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

С учетом индивидуальных возможностей и особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР

Личностные результаты освоения АООП НОО должны отражать:

- 1) осознание себя как гражданина России, формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- 2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- 3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- 4) овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- 5) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- 6) способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 9) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- 10) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- 11) развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- 12) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- 13) владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия, в том числе с использованием информационных технологий;
- 14) способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации.

Метапредметные результаты освоения АООП НОО должны отражать:

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи решения типовых учебных и практических задач, коллективного поиска средств их осуществления;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) формирование умения понимать причины успеха (неуспеха) учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- 4) использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- 5) овладение навыками смыслового чтения доступных по содержанию и объему художественных текстов и научно-популярных статей в соответствии с целями и задачами;
осознанно строить речевое высказывание в соответствии с задачами коммуникации и составлять тексты в устной и письменной формах;
- 6) овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям на уровне,

соответствующем индивидуальным возможностям;

7) готовность слушать собеседника и вести диалог;

готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою;

излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;

8) 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;

9) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

10) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и других) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

11) овладение некоторыми базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметными результатами обучения являются:

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, физического развития, повышения работоспособности;

2) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

3) формирование умения следить за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

6. Содержание учебного предмета, курса

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Структура и содержание учебного предмета задаются в программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Подвижные игры», «Общеразвивающие упражнения». В данном разделе предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и дополнительно сгруппированы внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств. Такое изложение материала позволяет 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.

В результате освоения предметного содержания дисциплины «Физическая культура» у учащихся повышается уровень физического развития, улучшается состояние здоровья, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Формы организации.

На уроках с образовательно-познавательной направленностью учащихся знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по организации и проведению самостоятельных занятий с использованием ранее изученного материала. При освоении знаний и способов деятельности целесообразно использовать учебники по физической культуре, особенно те их разделы, которые касаются особенностей выполнения самостоятельных заданий или самостоятельного закрепления разучиваемых физических упражнений.

Уроки с образовательно-предметной направленностью используются в основном для обучения практическому материалу разделов гимнастики, легкой атлетики, подвижных и спортивных игр. На этих уроках учащиеся также осваивают новые знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, название упражнений или описание техники их выполнения и т. п.).

Уроки с образовательно-тренировочной направленностью преимущественно используются для развития физических качеств и решения соответствующих задач в рамках относительно жесткой регламентации динамики физической нагрузки от начала урока до окончания его основной части.

Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств.

Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба с включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперед, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочередно и попеременно правой и левой ногой, стоя у гимнастической стенки и при передвижениях; комплексы упражнений, включающие в себя максимальное сгибание и прогибание туловища (в стойках и седах); индивидуальные комплексы по развитию гибкости.

Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лежа, сидя); Формирование осанки: ходьба на носках, с предметами на голове, с заданной осанкой; виды стилизованной ходьбы под музыку; комплексы корригирующих упражнений на контроль ощущений (в постановке головы, плеч, позвоночного столба), на контроль осанки в движении, положений тела и его звеньев стоя, сидя, лежа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.

Развитие силовых способностей: динамические упражнения с переменной опоры на руки и ноги, на локальное развитие мышц туловища с использованием веса тела и дополнительных отягощений (набивные мячи до 1 кг, гантели до 100 г, гимнастические палки и булавы), комплексы упражнений с постепенным включением в работу основных мышечных групп и увеличивающимся отягощением.

Подвижные игры.

В данный раздел включены настольные, подвижные и спортивные игры, а также разучивание танцевальных движений и движений аэробного характера, беседы по ЗОЖ. Учащиеся должны не только уметь играть, соблюдая правила, но и эффективно выполнять игровые приемы и взаимодействовать в игре, объяснять разученные на уроке игры, уметь судить и проводить игру.

Содержание программы по физической культуре направлено на обеспечение потребности детей в движении, на развитие их моторики, координации движения, ориентировки в пространстве, улучшении эмоционального состояния.

Может изменяться последовательность и сроки прохождения программного материала, сдача нормативов в зависимости от конкретных индивидуальных особенностей детей с ЗПР.

7. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/ п	Дата	Наименование раздела, тем	Тип урока	Планируемые результаты (УУД)			Контроль и диагности ка	Основные виды деятельнос ти учащихся
				Предметные	Метапредметные	Личностные		
Лёгкая атлетика								
1	1-я неделя	Инструктаж по ТБ. Построение в колонну по одному.	Урок «открытия» новых знаний.	Знать и уметь называть и соблюдать правила ТБ на уроках физической культуры. Уметь строиться в колонну по одному. Освоить технику построения в колонну по одному. Уметь сохранять и принимать учебную задачу, контролировать и оценивать учебные действия.	Организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.	Наличие мотива к занятиям физической культурой, ответственности за свои поступки и действия. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. Проявлять дисциплинирова нность, трудолюбие и	Текущий	Выполнения я ОРУ. Построение в колонну по одному. Участие в подвижной игре.

						упорство в достижении поставленных целей.		
2	1-я неделя	Ходьба и бег. РК Подвижная игра «Плетень».	Урок закрепления знаний.	Выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, различных изменяющихся, вариативных условиях. Проявление качеств выносливости и быстроты при выполнении беговых упражнений.	в Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками и, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Текущий.	Построение в колонну по одному, выполнение команды в строю. Подвижная игра.
3	2-я неделя	Ходьба и бег.	Урок закрепления знаний.	Соблюдение правил ТБ. Проявление качеств выносливости и быстроты при выполнении беговых упражнений.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками	Текущий	Подвижная игра. Правильно выполнять основы движения в ходьбе, беге, прыжках; Проявлять качества развитие

						и, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.		скоростносиловых качеств мышц ног, (прыгучесть).
4	2-я неделя	Прыжки в длину с места. Подготовка к выполнению норматива ГТО.	Урок «открытия» новых знаний.	Соблюдение правил ТБ при выполнении прыжковых упражнений. Знать особенности построения комплекса ОРУ. Уметь выполнять прыжки в длину с места.	Анализировать и объективно оценивать результат, находить возможность для их улучшения.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнение ОРУ. Прыжки с места. Подвижная игра.
5	3-я неделя	Прыжки в длину с места на результат.	Урок контроля и коррекции знаний.	Знать особенности построения комплекса ОРУ. Уметь выполнять прыжки в длину с места. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Анализировать и объективно оценивать результат, находить возможность для их улучшения.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения.	Текущий	Соблюдение правил ТБ при выполнении прыжковых упражнений. Выполнение ОРУ. Прыжки с места на результат. Подвижная игра.

6	3-я неделя	Ведение мяча одной рукой.	Урок «открытия»	Выполнять жизненно важные	Планировать собственную	Проявлять дисциплинирова	Текущий	Соблюдение правил
---	---------------	------------------------------	--------------------	------------------------------	----------------------------	-----------------------------	---------	----------------------

			новых знаний	двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях. Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.	деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		ТБ. Выполнение ОРУ. Знать особенности построения комплекса ОРУ. Уметь выполнять ведение мяча одной рукой.
--	--	--	-----------------	--	--	---	--	--

7	4-я неделя	Ведение мяча одной рукой.	Урок закреплени я знаний	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Проявлять упорство в достижении цели, помогать	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Проявлять положительные качества личности и управлять своими	Текущий	Соблюдени е правил ТБ. Выполнение ОРУ.Знать особенност и построения комплекса ОРУ. Уметь выполнять ведение мяча одной
---	---------------	------------------------------	--------------------------------	---	--	---	---------	--

				сверстникам, находить с ними общий язык и интересы.		эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.		рукой.
--	--	--	--	--	--	--	--	--------

8	4-я неделя	Бег по пересеченной местности. Бег 1000 м. Подготовка к выполнению норматива ГТО.	Урок «открытия» новых знаний.	Проявлять дисциплинированн ость, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Овладение навыками сотрудничества с учителем и одноклассниками. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Соблюдени е правил ТБ. Выполнени е ОРУ. Упражнени е в технике выполнения высокого старта. Бег по пересеченн ой местности. Подвижная игра.Знать особенност и построения комплекса ОРУ. Освоить технику выполнени я высокого старта.
9	5-я неделя	Бег по пересеченной Местности.	Урок закреплени я знаний.	Проявлять дисциплинированн ость, трудолюбие и	Овладение навыками сотрудничества с учителем и	Проявлять положительные качества	Текущий	Соблюдени е правил ТБ.

		Наклон вперёд из положения сидя. ПВ День здоровья		упорство в достижении поставленных целей.	одноклассниками. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.		Выполнени е ОРУ. Упражнени е в технике выполнени я высокого старта. Бег по пересеченн ой местности. Подвижная игра. Знать особенност и построения комплекса ОРУ. Освоить технику выполнени я высокого старта.
10	5-я неделя	Бег по пересеченной местности. Бег 30 м.	Урокконтроля и коррекции знаний.	Проявлять дисциплинированн ость, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Овладение навыками сотрудничества с учителем и одноклассниками. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Проявлять дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в общение и взаимодействие	Предварительный	Соблюдени е правил ТБ. Выполнени е ОРУ. Упражнени е в технике выполнени я высокого старта. Бег на

						со сверстниками на принципах уважения.		результат. Подвижная игра. Знать особенность и построения комплекса ОРУ. Освоить технику выполнения высокого старта.
11	6-я неделя	Бег по пересеченной местности. Подтягивание. Подготовка к выполнению норматива ГТО.	Урок контроля и коррекции знаний.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Овладение навыками сотрудничества с учителем и одноклассниками. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Предварительный	Знать особенность и построения комплекса ОРУ. Освоить технику выполнения высокого старта.

12	6-я неделя	Построение в колонну и	Урок «открытия»	Находить отличительные	Находить ошибки при выполнении учебных	Проявление качеств	Текущий	Освоить технику
----	---------------	---------------------------	--------------------	---------------------------	--	-----------------------	---------	--------------------

		шеренгу по одному.	новых знаний.	особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	выносливости и быстроты при выполнении беговых упражнений.		построения в колонну и шеренгу по одному. Выполнять наклоны вперед сидя.
--	--	-----------------------	------------------	---	--	--	--	--

14	7-я неделя	Повороты с переступанием .	Урок «открытия» новых знаний.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями. Освоить технику поворотов с переступанием. Выполнять подтягивание на перекладине.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Управлять эмоциями, проявлять сдержанность, рассудительность	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения.	Текущий	Выполнение ОРУ. Упражнения поворотов с переступанием, корректировка техники выполнения подтягивания.
15	8-я неделя	Прыжки через скакалку. Игра – эстафета с набивными мячами. РК Подвижная игра «Прыжки по кочкам».	Урок «открытия» новых знаний.	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Управлять эмоциями, проявлять сдержанность, рассудительность	Проявление качеств выносливости и быстроты при выполнении прыжковых упражнений.	Текущий	Уметь выполнять прыжки через скакалку, находить ошибку при выполнении и прыжков. Уметь выполнять самозамеры.
16	8-я	Прыжки через	Урок	Проявлять	Находить ошибки при	Проявление	Текущий	Уметь

	неделя	скакалку. Игра – эстафета с набивными мячами.	закреплени я знаний.	положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых	качеств выносливости и быстроты при выполнении прыжковых упражнений. Подвижная игра.		выполнять прыжки через скакалку, находить ошибку при выполнении и прыжков. Уметь выполнять самозамер ы.
--	--------	---	-------------------------	--	---	--	--	---

Способы физической деятельности.

17	9-я неделя	Режим дня и личная гигиена. Утренняя зарядка, правила её составления и выполнения. ПВ Если хочешь быть здоров, ...»	Урок «открытия» новых знаний.	Планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуге использованием средств физической культуры.	Планировать и организовывать собственную деятельность. Ориентироваться на здоровый образ жизни.	Ознакомление со значением режима дня для здоровья человека. Воспроизведени е правил. Составление комплекса утренней гимнастики.	Текущий	Знать правила личной гигиены, значения режима дня для здоровья человека. Уметь составлять комплекс утренней гимнастики.
----	---------------	--	--	--	---	---	---------	--

18	9-я неделя	Физические упражнения для физкультурминут ок. РК Подвижная игра «Охотники и утки».	Урок «открытия» новых знаний.	Представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека, измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств. Знать виды и правила выполнения упражнений для физкультурминут.	Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	Составление и выполнение комплекса упражнений для физкультурминут.
19	10-я неделя	Упражнения для профилактики нарушений зрения. ПВ Я здоровье берегу	Урок «открытия» новых знаний.	Представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятельность, распределять	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных)	Текущий	Составление и выполнение комплекса упражнений для профилактики

				подготовки человека. Составление и выполнение комплекса упражнений для профилактики нарушений зрения.	нагрузку и отдых.	ситуациях и условиях. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		нарушений зрения.
Гимнастика.								
20	10-я неделя	Техника безопасности при выполнении гимнастических упражнений. Строевые упражнения и приёмы.	Урок «открытия» новых знаний.	Воспроизведение и соблюдение правил техники безопасности. Освоение строевых упражнений и приёмов.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Текущий	Выполнение строевых упражнений и приёмов.

21	11-я неделя	Строевые упражнения. Наклоны и повороты туловища в разные стороны.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять строевые упражнения, наклоны и повороты туловища вперед. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	Выполнени е строевых упражнени й, наклонов вперёд.
----	----------------	--	--	--	--	---	---------	--

				ситуациях. Совершенствовать технику выполнения наклонов и поворотов туловища.				
--	--	--	--	---	--	--	--	--

22	11-я неделя	Строевые упражнения. Стойка на носках. Упражнения на равновесие.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнение «стойка на носках».	Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнение строевых упражнений. Освоение и совершенствование техники выполнения упражнения «Стойка на носках».
23	12-я неделя	Строевые упражнения. Упражнения на равновесие.	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять акробатические упражнения, упражнения на равновесие.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Текущий	Выполнение строевых упражнений, упражнений на равновесие.
24	12-я неделя	Строевые упражнения. Стойка на лопатках согнув ноги.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять кувырок в сторону, стойку на лопатках.	Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Текущий	Выполнение строевых упражнений. Освоение и
					Сформированность установки на здоровый образ жизни.			совершенствование техники выполнения стойки на лопатках.

25	13-я неделя	Строевые упражнения. Акробатические упражнения «Стойка на лопатках».	Урок закрепления знаний.	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Уметь выполнять стойку на лопатках.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека.	Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Текущий	Выполнение «Стойки на лопатках».
26	13-я неделя	Опорный прыжок, лазание по наклонной скамейке лёжа на животе.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять опорный прыжок, лазание по наклонной скамейке. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	Текущий	Выполнение строевых упражнений. Освоение и совершенствование техники выполнения лазания по наклонной скамейке.

						достижении поставленных целей.		
--	--	--	--	--	--	--------------------------------	--	--

27	14-я неделя	Опорный прыжок. Лазанье по наклонной скамейке в упоре присев, и лёжа на животе.	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять лазанье по наклонной скамейке. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнение строевых упражнений. Освоение и совершенствование техники выполнения лазанья по наклонной скамейке.
28	14-я неделя	Кувырок вперёд. Перекаты назад. Игра эстафета со скакалкой.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения «кувырок вперёд», «перекаты назад». Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Выполнение строевых упражнений. Совершенствовать технику выполнения кувырка вперёд и перекатов.
29	15-я неделя	Кувырок вперёд. Перекаты назад. Игра -	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и	Текущий	Выполнение строевых упражнений.

		эстафета со скакалкой.		«кувырок вперёд», «перекаты назад». Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	устранения. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека.	упорство в достижении поставленных целей.		Освоение техники выполнения кувырка вперёд и перекатов.
30	15-я неделя	Лазание по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног.	Урок «открытия» новых знаний.	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Уметь выполнять лазанье по наклонной скамейке. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Лазанье по наклонной скамейке лёжа на животе, лазания по гимнастической стенке с одновременным перехватом рук и перестановкой ног.
31	16-я неделя	Вис спиной к гимнастической стенке. Поднимание	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять вис на гимнастической стенке,	Планировать собственную деятельность, распределять	Наличие мотива к занятиям физической культурой,	Текущий	Выполнение вися спиной к гимнастиче

		прямых и согнутых ног.		поднимание прямых и согнутых ног Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	нагрузку и отдых. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	ответственности за свои поступки и действия.		ской стенке, поднимании прямых и согнутых ног.
32	16-я неделя	Перелезания через низкие препятствия.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять перелезания через низкие препятствия. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	Выполнение перелезания через низкие препятствия.

33	17-я неделя	Перелезание через низкие препятствия. Ходьба по рейке гимнастической скамейки. Отжимание от гимнастической скамейки. Подготовка к выполнению норматива ГТО.	Урок закреплени я знаний.	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Знать технику выполнения перелезания через низкие	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	Наличие мотива к занятиям физической культурой, ответственности за свои поступки и действия. Проявлять дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Текущий	Перелезан ия через низкие препятстви я. Ходьба по рейке гимнастиче ской скамейки.
----	----------------	---	---------------------------------	--	---	--	---------	---

				препятствия Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.		целей.		
--	--	--	--	--	--	--------	--	--

34	17-я неделя	Ходьба по рейке гимнастической скамейки с перешагиванием через предметы. РК. Подвижная игра «Бой медвежат».	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять перелезания через низкие препятствия, ходить по рейке гимнастической скамейки, сохраняя равновесие. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в нестандартных ситуациях.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнение ОРУ с гимнастическими палками. Демонстрация умения держать равновесие при ходьбе по гимнастической скамейке.
Лыжные гонки.								
35	18-я неделя	Инструктаж по правилам т/б на уроках лыжной подготовки. Техника передвижения на лыжах. Обучение переноске лыж.	Урок «открытия» новых знаний.	Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам. Знать технику безопасности на уроке лыжной подготовки. Уметь укладывать лыжи на снег, надевать	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности. Взаимодействовать со сверстниками, оказывать им бескорыстную помощь.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Изучение правил техники безопасности на уроке лыжной подготовки. Выполнение укладывания лыж на

				крепления, выполнять передвижения ступающим шагом.				снег, надевание креплений, выполнение передвижения ступающим шагом.
36	18-я неделя	Укладка лыж на снег, надевание креплений. Передвижение ступающим шагом.	Урок «открытия» новых знаний.	Знать технику безопасности на уроке лыжной подготовки. Знать технику передвижения на лыжах, правила переноски лыж. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности. Взаимодействовать со сверстниками, оказывать им бескорыстную помощь.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	Изучение правил техники безопасности на уроке лыжной подготовки. Выполнение передвижения на лыжах.
37	19-я неделя	Укладка лыж на снег, надевание креплений. Передвижение ступающим шагом.	Урок закрепления знаний.	Уметь укладывать лыжи на снег, надевать крепления, выполнять передвижения ступающим шагом. Проявлять упорство в достижении цели,	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности. Взаимодействовать со сверстниками, оказывать им бескорыстную помощь.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Выполнение укладки лыж на снег, надевание креплений, выполнение передвижения

				помогать сверстникам.				ния ступающим
--	--	--	--	-----------------------	--	--	--	---------------

								шагом.
38	19-я неделя	Передвижение ступающим шагом без палок. Боковые шаги на лыжах переступанием вправо и влево.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять передвижение ступающим шагом. Выполнение боковых шагов переступанием. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.	Текущий	Упражнения в передвижении ступающим шагом, выполнение боковых шагов переступанием.

39	20-я неделя	Поворот на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом.	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.		Текущий	Освоение техники выполнения передвижения скользящим шагом, выполнение поворотов переступанием.
40	20-я неделя	Передвижение скользящим шагом. Размыкание в шеренге влево и вправо приставными шагами.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять размыкание в шеренге влево и вправо приставными шагами. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных)	Текущий	Упражнение в передвижении скользящим шагом, выполнение размыкания
				достижении поставленных целей.		ситуациях и условиях. Наличие мотива к занятиям физической культурой, ответственности за свои поступки и действия.		я в шеренге влево и вправо.

41	21-я неделя	Передвижение скользящим шагом. Размыкание в шеренге влево и вправо приставными шагами.	Урок закреплени я знаний.	Уметь выполнять размыкание в шеренге влево и вправо приставными шагами. Проявлять дисциплинированн ость, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Наличие мотива к занятиям физической культурой, ответственности за свои поступки и действия.	Текущий	Упражнени е в передвиже нии скользящи м шагом, выполнени е размыкани я в шеренге влево и вправо.
42	21-я неделя	Передвижение скользящим шагом. Повороты переступанием .	Урок закреплени я знаний.	Уметь выполнять повороты переступанием. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Освоение техники выполнени я передвиже ния скользящи м шагом, выполнени е поворотов переступан ием.

43	22-я неделя	Передвижение ступающим шагом. Прохождение в медленном темпе дистанции 1000 м. Подготовка к выполнению норматива ГТО.	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять передвижение ступающим шагом. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.		Текущий	Упражнение в передвижении ступающим шагом, прохождение в медленном темпе дистанции 1000 метров.
44	22-я неделя	Передвижение скользящим шагом. Подъём ступающим шагом. Игра «Кто самый быстрый».	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять спуск с горы в основной стойке, подъём ступающим шагом. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.		Текущий	Совершенствование техники выполнения передвижения скользящим шагом, подъёма ступающим шагом. Участие в игре.
45	23-я неделя	Передвижение скользящим шагом без палок. Размыкание в шеренге влево и вправо	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять размыкание в шеренге влево и вправо приставными шагами, повороты переступанием	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в	Текущий	Упражнение в передвижении ступающим шагом, выполнении

[illegible]

47	24-я неделя	Что такое физическая культура. Зарождение и развитие физической культуры РК «Связь физической подготовки с охотой в культуре Северных народов.	Урок «открытия» новых знаний.	Понимать что такое физическая культура. Знать историю зарождения физической культуры народов Севера. Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Восприятие объяснений учителя, включение в беседу.
----	----------------	--	-------------------------------	---	--	---	---------	--

48	24-я неделя	Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью РК. История спорта в Тюменской области.	Урок «открытия» новых знаний.	Понимать, что такое физическая культура. Знать историю зарождения физической культуры народов Тюменской области. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам, находить с ними общий язык и интересы.	Организовывать собственную деятельность с учётом физического состояния, соблюдением техники безопасности. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассникам и, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Текущий	Изучение истории зарождения физической культуры в. Восприятие объяснений учителя, включение в беседу. Работа с иллюстративным материалом.
----	----------------	--	-------------------------------	---	---	---	---------	---

49	25-я неделя	Внешнее строение тела человека. РК. История развития спорта в г.Ишиме.	Урок «открытия» новых знаний.	Знать и уметь называть внешние части тела человека. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Организовывать собственную деятельность с учётом физического состояния, соблюдением техники безопасности. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.	Текущий	Восприятие объяснений учителя, включение в беседу. Работа с иллюстративным материалом.
----	----------------	--	-------------------------------	--	---	---	---------	--

Строевые упражнения. Подвижные и спортивные игры.

50	25-я неделя	Строевые упражнения. Подготовка к выполнению	Урок «открытия» новых знаний.	Знать правила техники безопасности при плавании в	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил	Активно включаться в деятельность с учителем и	Текущий	Знакомство с правилами ТБ при
----	----------------	--	-------------------------------	---	---	--	---------	-------------------------------

		нормативов ГТО.		открытых водоёмах и бассейне. Понимать значение плавания для физического развития. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам, находить с ними общий язык и интересы.	техники безопасности.	одноклассникам и, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.		плавании.. Восприятие объяснений учителя, включение в беседу.
--	--	-----------------	--	---	-----------------------	--	--	---

51	26-я неделя	Ходьба и бег с игровыми заданиями.	Урок «открытия» новых знаний.	Знать виды и способы плавания. Выполнять дыхательные упражнения. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях.	Организовывать собственную деятельность с учётом физического состояния, соблюдением техники безопасности. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	Проявлять дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассникам и, проявлять дисциплинирова нность, управлять своими эмоциями.	Текущий	Восприятие объяснений учителя, включение в беседу. Разучивани е комплекса упражнени й перед плавательн ыми упражнения ми. Выполнени е дыхательн ых упражнени
----	----------------	--	--	---	---	---	---------	--

								й.
52	26-я неделя	Строевые упражнения. Ходьба и бег с игровыми заданиями.	Урок «открытия» новых знаний.	Уметь выполнять строевые упражнения.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.	Проявлять дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнени е строевых упражнени й. Ходьба и бег с игровыми заданиями.

55	28-я неделя	Ловля и передача мяча в парах. Эстафеты с мячом. Подтягивание. ПВ День здоровья	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять ловлю и передачу мяча в парах. Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Текущий	Осваивание техники ловли и передачи мяча в парах. Участие в эстафетах. Демонстрация быстроты и ловкости.
56	28-я неделя	ОРУ с мячом. Броски мяча из разных положений. Наклон туловища вперёд из положения сидя. РК. Подвижная игра «Куропатки и охотники».	Урок «открытия» новых знаний.	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его отличительные признаки и элементы. Уметь выполнять броски мяча из разных положений. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам, находить с ними общий язык и интересы.	Сформированность установки на здоровый образ жизни. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых. Взаимодействовать со сверстниками.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Текущий	ОРУ с мячом. Выполнение бросков мяча из разных положений.

57	29-я неделя	Ловля и передача мяча в парах. Игра «К своим флажкам». Бег 30 м.	Урок закреплени я знаний.	Уметь вести мяч в ходьбе левой и правой рукой. Помогать сверстникам, находить с ними общий язык и интересы, активно включаться в общение и взаимодействие.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собствен-ную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	Проявлять дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассникам и, проявлять дисциплинирова н-ность, управлять своими эмоциями.	Текущий	Ловля и передача мяча в парах.
58	29-я неделя	Ходьба и бег с игровыми заданиями. Игра «Два мороза». Бег 1000 м.	Урок контроля и коррекции знаний	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности. Уметь чередовать ходьбу и бег. Проявлять положительные качества личности, управлять своими эмоциями в	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнени е ходьбы и бега с игровыми заданиями.

				различных условиях и				
--	--	--	--	-------------------------	--	--	--	--

				ситуациях.				
59	30-я неделя	Поднимание туловища. Подготовка к выполнению норматива ГТО. Игра «Пятнашки»	Урок закреплени я знаний.	Уметь выполнять поднимание туловища. Знать правила игры. Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательнос ти.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.		Текущий	Выполнени е упражнени й по поднимани ю туловища.

60	30-я неделя	Строевые упражнения. Ходьба на месте с высоким подниманием бедра РК. Подвижная игра «Салки».	Урок закрепления знаний.	Уметь выполнять ходьбу на месте с высоким подниманием бедра. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам, находить с ними общий язык и интересы.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Текущий	Выполнение строевых упражнений. Ходьба с высоким подниманием колена.
61	31-я неделя	Поднимание туловища на результат. Игра «Прыгающие воробушки»	Урок контроля и коррекции знаний.	Выполнять поднимание туловища на результат. Знать правила игры. Проявлять положительные качества личности, управлять своими	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей. Активно включаться в	Итоговый контроль. Взаимооценка. Самооценка.	Выполнение упражнений по подниманию туловища.

				эмоциями в различных условиях и ситуациях.		деятельность с учителем и одноклассниками, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

62	31-я неделя	Ловля и передача мяча. Эстафеты с мячами. Прыжок в длину с места.	Урокконтроля и коррекции знаний.	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности. Выполнять ловлю и передачу мяча. Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательнос ти.	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их устранения. Планировать собственную деятель-ность, распределять нагрузку и отдых.	Проявлять дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Итоговый	Выполнять ловлю и передачу мяча.
63	32-я неделя	Броски мяча в кольцо. Эстафеты с мячами. Бег 30 м.	Урокконтроля и коррекции знаний.	Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия, выделять его	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.		Итоговый	Выполнени е бросков в кольцо.

				отличительные признаки и элементы. Уметь выполнять броски мяча в кольцо. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.				
64	32-я неделя	Броски мяча в кольцо. Эстафеты с мячами. Рк. Подвижная игра «Берегись охотника»	Урок закрепления знаний.	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности. Уметь выполнять броски мяча в кольцо. Проявлять упорство в достижении цели, помогать сверстникам.	Планировать собственную деятельность с соблюдением правил техники безопасности.	Активно включаться в деятельность с учителем и одноклассниками, проявлять дисциплинированность, управлять своими эмоциями.	Текущий	Выполнение бросков в кольцо.

65	33-я неделя	Преодоление полосы препятствий. Игра «Зайцы в огороде» ПВ Весёлые старты	Урок закреплени я знаний.	Уметь преодолевать полосу препятствий. Проявлять положительные качества личности,	Организовывать собственную деятельность с учётом физического состояния, соблюдением техники	Проявлять дисциплинирова н-ность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных	Текущий	Преодолен ие полосы препятстви й.
				управлять своими эмоциями в различных условиях и ситуациях. Активно включаться в общение со сверстниками на принципах уважения и доброжелательнос ти.	безопасности. Сформированность установки на здоровый образ жизни.	целей.		
66	33-я неделя	Ловля и передача мяча в парах. Игра «Катись яблочко».	Урок закреплени я знаний.	Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности. Выполнять ловлю и передачу мяча.	Давать объективную оценку действиям на основе знаний и опыта. Технически правильно выполнять двигательные действия.	Проявлять дисциплинирова нность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Текущий	Выполнени е ловли и передачи мяча. Знать правила игры.

8. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

Учебно-методические и материально-технические условия реализации программы обеспечат возможность достижения обучающимися требований к результатам освоения программы, установленных федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования. Материально-техническая база образовательной организации соответствует санитарным и противопожарным нормам, нормам охраны труда.

1) Печатные пособия.

«Физическая культура», 1-4 классы, авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2011 г.

- Н.И. Дереклеева «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы». – М.: «ВАКО», 2007.
- П.А.Киселев, С.Б.Киселева «Справочник учителя физической культуры». - Волгоград: «Учитель», 2008.
- А.Ю.Патрикеев «Зимние подвижные игры 1-4 классы». – М.: «ВАКО», 2009.
- А.Ю.Патрикеев «Подвижные игры 1-4 классы». – М.: «ВАКО», 2007.

Дополнительная литература:

- Организация специальных образовательных условий для детей с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательных учреждениях: Методические рекомендации. / Отв. ред. С.В. Алехина. – М.: МГППУ, 2012.
- Инклюзивное образование. Настольная книга педагога, работающего с детьми с ОВЗ. М., 2011.
- Организация инклюзивного образования для детей с ограниченными возможностями здоровья: Учебное пособие/отв.ред. С.В. Алехина, Е.Н. Кутепова. – М.: МГППУ, 2013

2) Дидактические материалы:

- плакаты методические
- дидактические материалы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»
- портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры спорта и Олимпийского движения

3) Цифровые ресурсы:

- аудиозаписи
- видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»

4) Оборудование:

- телевизор
- компьютер

5) Спортивное оборудование и инвентарь:

- Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты).
- Мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные.
- Скакалка детская.
- Мат гимнастический.
- Кегли -Обруч пластиковый детский. -Аптечка

