

**«Средняя общеобразовательная школа № 1
имени Героя Советского Союза И. В. Королькова»**

✉ ул. Республики, 31 г. Салехард, Ямало-Ненецкий автономный округ, России, 629007

☎ / факс (34922) 3-91-11, E-mail: sh1@salekhard.org

ОКАТО 71171000000 ОРГН 1028900507569 ИНН 8901007133 КПП 890101001

Рассмотрено:
На заседании ШМО
Протокол № 5 от05.2017
Руководитель ШМО

ФИО А.А.Тихановский

Принято:
На заседании НМС
Протокол № 1 от 28.08.2017
Председатель НМС

ФИО Т.В. Небогатикова

Утверждено:
Приказом директора
приказ № 594 от 01.09.2017
Директор школы

/Е.Ф. Костюкевич



Рабочая программа учебного предмета
Начального общего образования
Физическая культура

Приложения:

- №1. Календарно-тематическое планирование на 1 класс
- №1. Календарно-тематическое планирование на 2 класс
- №1. Календарно-тематическое планирование на 3 класс
- №1. Календарно-тематическое планирование на 4 класс

Составители рабочей программы:
Костяков А.И. учитель физической культуры

г. Салехард, 2017 г.

Экспертиза осуществлена

(должность, квалификационная категория)

Ф.И.О.

Экспертиза осуществлена

(подпись)

(должность, квалификационная категория)

Ф.И.О.

(подпись)

Пояснительная записка

1. Нормативные документы. Документы, обеспечивающие реализацию программы.

Пояснительная записка

1. Нормативные документы. Документы, обеспечивающие реализацию программы.

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 20.12.2012 г. № 273-ФЗ
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 г. № 373);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26 ноября 2010 г. № 1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Постановление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»
- Закон Ямало-Ненецкого автономного округа «Об образовании в Ямало-Ненецком автономном округе» от 27.06.2013г. № 55-ЗАО
- Устав муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1»;
- Учебный план муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №1».

Рабочая программа составлена на основе примерной программы предмета «Физическая культура», в данную программу внесены изменения расписки учебных часов в соответствии с материальной базы школы, а именно уроки плавания равномерно распределены на другие разделы программы указанные в тематическом планировании. Дополнения из авторских программ не вносились.

УМК обучающегося:

- Учебник физическая культура 1 класс, под ред. Матвеев А.П. – М. «Просвещение», 2014г.
- Учебник физическая культура 2 класс, под ред. Матвеев А.П. – М. «Просвещение», 2014г.
- Учебник физическая культура 3 класс, под ред. Матвеев А.П. – М. «Просвещение», 2014г.
- Учебник физическая культура 4 класс, под ред. Матвеев А.П. – М. «Просвещение», 2014г.

В соответствии с базисным учебным планом на занятие физкультурой отводится 3 часа в неделю. Всего 98 часов в 1 классе, по 102 во 2-4 классах.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса (ФГОС п.16.2.2. п.п.4)

	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Метапредметные результаты освоения ООП				
Регулятивные универсальные учебные действия	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - понимать, принимать и сохранять учебную задачу; - составлять план действий решения учебной задачи под руководством учителя; - составлять план действий на основе заявленной в методическом аппарате учебника системы условных обозначений под руководством учителя; - оценивать результат своей деятельности в соответствии с заданными критериями или образцом; - принимать позицию читателя и слушателя в соответствии с решаемой учебной задачей. <p>Учащиеся получат возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>понимать цель и смысл выполняемых заданий;</i> - <i>самостоятельно составлять план действий решения учебной задачи;</i> - <i>самостоятельно составлять план действий на основе заявленной в методическом аппарате учебника системы условных обозначений;</i> - <i>самостоятельно определять критерии оценки достигнутых результатов.</i> 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принимать и сохранять учебную задачу; - учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; - учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; - осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; - оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи; - адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей; - различать способ и результат действия; - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись в цифровой форме хода и результатов решения 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно формулировать тему и цели урока; - систему вопросов, рассматриваемую на уроке; - составлять возможный план решения вопросов совместно с учителем; - учитывать правило в планировании и контроле решения; - работать в соответствии с заявленным планом; - корректировать свою деятельность в соответствии с возможно допущенными ошибками; - в диалоге с учителем вырабатывать критерии оценки и определять степень успешности выполнения задания. <p>Учащиеся получат возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>учитывать учителем выделенные ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;</i> - <i>планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;</i> - <i>осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;</i> - <i>оценивать правильность выполнения действия на уровне</i> 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учитывать выделенные ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане; - осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; <p>Учащиеся получат возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;</i> - <i>умения проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.</i>

		<p>задачи, собственной звучащей речи на русском.</p> <p>Учащиеся получают возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи; - преобразовывать практическую задачу в познавательную; - проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; - самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале. 	<p><i>адекватной ретроспективной оценки;</i></p> <p><i>-выполнять учебные действия в материализованной, громкоречевой и умственной форме.</i></p>	
<p>2. Познавательные универсальные учебные действия</p>	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - работать с учебником, ориентироваться в учебнике на основе системы условных обозначений; - читать текст, выделять фактическую информацию в тексте (события, поступки, герои); - определять в тексте последовательность событий, их причинно-следственную связь; - представлять книги, группировать их на основе существенных признаков; - осуществлять поиск необходимой информации для выполнения заданий в пространстве библиотеки; - в справочной литературе для детей; - использовать знаково-символические средства, в том числе словесные модели для создания высказывания. <p>Учащиеся получают возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостоятельно работать с учебником как источником информации; - выделять в тексте основные части; - определять микротемы; - группировать тексты по заданному основанию (по теме, главной мысли, героям); 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет; - осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ; - использовать знаково-символические средства, в том числе модели (включая виртуальные) и схемы (включая концептуальные), для решения задач; - проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве; - строить сообщения в устной и письменной форме; - ориентироваться на разнообразие 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> -осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной и справочной литературы; -устанавливать причинно-следственные связи в тексте; создавать высказывание (пересказ); - собственное высказывание по аналогии; -проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям; - находить необходимые слова в тексте; - на основе опорных слов составлять свое высказывание; -самостоятельно составлять план к прочитанному или прослушанному произведению. <p>Учащиеся получают возможность научиться :</p> <ul style="list-style-type: none"> -использовать разные виды чтения: изучающее, просмотровое, ознакомительное и выбирать разные виды чтения в соответствии с поставленным заданием; - находить разные виды информации посредством разных объектов: книги, предложения, текста, иллюстрации, схемы, таблицы; - преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему); - строить речевое высказывание в устной и письменной форме; - пользоваться справочной и энциклопедической литературой; - обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностей связи. <p>Учащиеся получают возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять расширенный 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - использовать разные виды чтения: изучающее, просмотровое, ознакомительное и выбирать разные виды чтения в соответствии с поставленным заданием; - находить разные виды информации посредством разных объектов: книги, предложения, текста, иллюстрации, схемы, таблицы; - преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему); - строить речевое высказывание в устной и письменной форме; - пользоваться справочной и энциклопедической литературой; - обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностей связи. <p>Учащиеся получают возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - осуществлять расширенный

	<p><i>- сравнивать разные тексты.</i></p>	<p>способов решения задач; - основам смыслового восприятия художественных и познавательных текстов, выделять существенную информацию из сообщений разных видов (в первую очередь текстов); - осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков; - осуществлять синтез как составление целого из частей; - проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям; - устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений; - строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях; - осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза; - устанавливать аналогии; - владеть рядом общих приёмов решения задач. Учащиеся получают возможность научиться: - осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет; - записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ; - создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач;</p>	<p>заданием; -находить разные виды информации посредством разных объектов: книга, предложение, текст, иллюстрация, схема, таблица; - преобразовывать информацию из одной формы в другую (составлять план, таблицу, схему); -пользоваться справочной и энциклопедической литературой.</p>	<p><i>поиск с использованием ресурсов библиотек и Интернета;</i> - <i>строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.</i></p>
--	---	--	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> - осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме; - осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; - осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты; - осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; - строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей; - произвольно и осознанно владеть общими приёмами решения задач. 		
<p>3. Коммуникативные универсальные учебные действия</p>	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - слушать и воспринимать высказывания учителя и товарищей по классу; - принимать участие в обсуждении прочитанного; - принимать различные точки зрения на прочитанное произведение; - работать в паре, в группе; - договариваться о совместном выполнении заданий. <p>Учащиеся получат возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> - задавать вопросы и отвечать на вопросы по прочитанному произведению; - следить за действиями участников пары и группы в процессе коллективной творческой деятельности; - проявлять интерес к общению. 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя, в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения; - допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; 	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - составлять высказывание под руководством учителя в устной и письменной форме; - умения владеть монологической и диалогической формами речи; - высказывать и обосновывать свою точку зрения; - слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения; - строить понятное для партнёра (собеседника) высказывание; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. <p>Учащиеся получают</p>	<p>Учащиеся научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - участвовать в работе пары, группы, планировать работу группы в соответствии с поставленной задачей; - самостоятельно готовить проекты; - учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; - адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи, создавать письменное высказывание с обоснованием своих действий. <p>Учащиеся получают возможность</p>

		<p>- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</p> <p>- формулировать собственное мнение и позицию;</p> <p>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;</p> <p>- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;</p> <p>- задавать вопросы;</p> <p>- контролировать действия партнёра;</p> <p>- использовать речь для регуляции своего действия;</p> <p>- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.</p> <p>Учащиеся получают возможность научиться:</p> <p>- <i>учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;</i></p> <p>- <i>учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;</i></p> <p>- <i>понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;</i></p> <p>- <i>аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</i></p> <p>- <i>продуктивно содействовать разрешению конфликтов на</i></p>	<p>возможность научиться:</p> <p><i>-участвовать в работе пары, группы;</i></p> <p><i>- планировать работу группы в соответствии с поставленным заданием;</i></p> <p><i>-готовить самостоятельно проекты;</i></p> <p><i>-создавать письменное высказывание с обоснованием своих действий.</i></p>	<p>научиться:</p> <p><i>- учитывать позиции других людей и координировать их со своей собственной позицией;</i></p> <p><i>- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;</i></p> <p><i>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёрами;</i></p> <p><i>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую помощь;</i></p> <p><i>- адекватно использовать все речевые средства для решения коммуникативных задач.</i></p>
--	--	--	--	--

		<p>основе учёта интересов и позиций всех участников;</p> <p>- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;</p> <p>- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</p> <p>- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.</p>		
--	--	---	--	--

Метапредметные результаты

Чтение: работа с информацией	<p>Сбор информации о книге с опорой на внешние показатели и иллюстративный материал. Таблица-схема. Чтение данных в таблице, заполнение под руководством учителя несложных таблиц информацией о произведении и книге</p>	<p>Сбор информации с опорой на аппарат книги (титальный лист, аннотация, предисловия). Составление таблиц (имена героев, действия, позиция автора, мнение читателя).</p> <p><i>Чтение</i> данных в таблице и использование их для характеристики героев, произведений, книг.</p> <p><i>Заполнение и дополнение</i> схем об авторах, жанрах, темах, типах</p>	<p><i>Информация</i> о книге, произведении и авторе произведения или книги. Получение информации с опорой на аппарат книги (титальный лист, оглавление, аннотация, предисловие/послесловие). Умение пользоваться справочниками и словарями, находить информацию о героях, произведениях и книгах.</p> <p><i>Оформление</i> информации в виде моделей, схем, таблиц.</p> <p><i>Использование</i> готовых таблиц информацией для характеристики героев, книг, произведений</p>	<p><i>Работа с информацией</i>, полученной из выходящих сведений, аннотации, содержания. Информация о произведении до чтения (фамилия автора, заголовок, подзаголовок); прогнозирование содержания книги по её названию и оформлению.</p> <p><i>Сбор информации</i> о произведении после чтения (жанр, тема, структура).</p> <p><i>Использование информации</i> из готовых таблиц информацией для характеристики героев.</p> <p>Работа с таблицами, схемами, моделями.</p> <p><i>Использование</i> поискового, ознакомительного, изучающего и просмотрового видов чтения для получения информации.</p> <p><i>Нахождение информации</i>, применение её для решения учебных задач.</p> <p>Определение порядка учебных действий, составление алгоритма (памятки) решения учебной задачи.</p> <p><i>Оценка</i> полученной</p>
------------------------------	--	--	--	---

				информационных книгах и литературных героях.
<p>2. Формирование ИКТ-компетентности обучающихся</p>	<p>Учащиеся познакомятся: с правилами техники безопасности в кабинете, с устройством компьютера (процессор, память, устройства ввода и вывода информации), с понятиями <i>программа, файл, папка, виды программ</i>, с технологией выполнения некоторых операций над файлами и папками.</p> <p>Учащиеся научатся: Выполнять основные операции над файлами (открывать, копировать, удалять и др.) и папками (создавать, перемещать, удалять). Запускать программы и завершать работу с программами. Сохранять созданные документы. Работать с устройствами ввода (клавиатурой, мышью, фотоаппаратом, микрофоном, сканером) и вывода информации (принтером), а также с носителями информации (флеш-картой, CD)</p>	<p>Учащиеся познакомятся: с группами клавиш (символьные, управляющие), с понятиями и функциями текстовых редакторов с интерфейсом конкретных текстовых редакторов (простой структуры и текстового процессора), с технологией выполнения отдельных операций редактирования текста, с технологией форматирования символов и абзацев, с технологией создания и обработки таблиц, с технологией орфографического контроля, с понятием и функцией графических редакторов, с технологией создания графического объекта (векторной и/или растровой графики)</p> <p>Учащиеся научатся: Вводить текст, редактировать текст: удалять, вставлять, копировать, перемещать фрагменты текста. Форматировать символы. Создавать абзацы и осуществлять некоторые операции форматирования абзацев (выравнивать, создавать красную строку). Создавать и обрабатывать таблицы. Запускать автоматическую проверку орфографии и грамматики. Создавать простые графические объекты. Редактировать графические</p>	<p>Учащиеся познакомятся: с видами и примерами информационно-поисковых систем, с технологией поиска информации в информационных системах.</p> <p>Учащиеся научатся: Осуществлять поиск информации в автоматизированных информационно-поисковых системах (базах данных, детских поисковых системах). Вводить записи в готовые базы данных</p>	<p>Учащиеся познакомятся: С интернетом, с некоторыми сервисами Интернета, с коммуникационной деятельностью, с технологией пересылки текстовых писем, с функцией, интерфейсом и технологией использования несложной программы, с редактированием web-сайтов (например: «Конструктора школьных сайтов»).</p> <p>С этапами разработки документов: от проектирования до реализации. Со знаниями об информационной образовательной среде своей школы (ИОС).</p> <p>Учащиеся научатся: Использовать средства телекоммуникации: создавать и пересылать письма по электронной почте. Создавать несложный web-сайт. Отбирать информацию, проектировать документы (в частности, презентации,</p>

		<p>объекты и создавать сложные объекты.</p> <p>Создавать документы, содержащие информационные объекты разных видов (в т. ч. презентации).</p> <p>Осуществлять поиск информации в автоматизированных информационно-поисковых системах (базах данных, детских поисковых системах), ввод записей в готовые базы данных.</p>		
--	--	--	--	--

Предметные результаты

Знания о физической культуре	выпускник научится	выпускник получит возможность научиться	выпускник научится	выпускник получит возможность научиться	выпускник научится	выпускник получит возможность научиться	выпускник научится	выпускник получит возможность научиться
	<p>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.</p>	<p><i>Характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.</i></p>	<p>Раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.</p>	<p><i>Планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности.</i></p>	<p>Ориентироваться в понятии «физическая подготовка»; характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, равновесие, гибкость) и демонстрировать физические упражнения, направленные на их развитие.</p>	<p><i>Планировать и корректировать режим дня с учётом показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности</i></p>	<p>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).</p>	<p><i>Выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью</i></p>

<p>Способы физкультурной деятельности</p>	<p>Отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток; выполнять их в соответствии с изученными правилами.</p>		<p>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.</p>	<p><i>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.</i></p>	<p>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</p>	<p><i>Целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств.</i></p>	<p>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.</p>	<p><i>Выполнять простейшие приемы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.</i></p>
<p>Физическое совершенствование</p>	<p>Выполнять организующие строевые команды и приемы; выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина, гимнастическое бревно);</p>	<p><i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение; Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;</i></p>	<p>Выполнять организующие строевые команды и приемы; Выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина,</p>	<p><i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России). Играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным</i></p>	<p>Выполнять организующие строевые команды и приемы; Выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты); Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах (перекладина,</p>	<p><i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i></p>	<p>Выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия); оценивать величину</p>	<p><i>Играть в баскетбол, футбол и волейбол по упрощенным правилам</i></p>

	выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мячей разного веса и объёма); выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности		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. выполнять упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, равновесия).	<i>правил</i>	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		нагрузки по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);	
--	---	--	--	---------------	---	--	---	--

Приоритетные виды деятельности учащихся, направленные на достижение результата (отдельно по разделам «выпускник научится» и «выпускник получит возможность научиться»); (ФГОС п.16.2.2. п.пб)

В логике перехода от репродуктивных к продуктивным видам учебной деятельности %, (Например, конспектирование, работа с учебником, первоисточниками, семинары, лекции, практикум, словарная работа и т.п., индивидуальная,	Развитие навыков самостоятельного выполнения физических упражнений (:до 5% в ходе урока 1. Зарядка. 2. Физкультминутка. 3. Для осанки.	Развитие навыков самостоятельного выполнения физических упражнений: (до 10%) 1. проведение подвижных игр в спортивном зале. 2. Составить конспект по технике безопасности во время проведения подвижных игр. 3. Работа с тетрадью по составлению записей режима дня, комплексов утренней гимнастики,	Развитие навыков самостоятельного выполнения физических упражнений:(до 10%) 1.Самостоятельная работа с учебником по отбору физических упражнений для развития физических качеств для их выполнения. 2. Работа с тетрадью по составлению комплексов, общеразвивающих упражнений	Развитие навыков самостоятельного выполнения физических упражнений:(до 10%) Работа с учебником по развитию знаний безопасного поведения и организации мест занятий при самостоятельном выполнении физических упражнений.
---	---	---	--	---

самостоятельная работа).		физкультминуток.	для индивидуальных занятий.	
Организация проектной и учебно-исследовательской деятельности учащихся (логика формирования и развития навыков проектной деятельности, виды и темы проектовотдельно по разделам «выпускник научится» и «выпускник получит возможность научиться»)	1.Составить комплекс утренней зарядки из предложенных учителем упражнений.	1.Составление комплексов упражнений по заданным правилам для индивидуальных занятий. 2.Составить режим дня	1. Способы измерения физического развития и физической подготовки. 2. Составление упражнений по развитию физических качеств из представленных источников.	1. Простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах 2. Способы контроля физического развития. 3. Из предложенных упражнений составлять комплекс упражнений для осанки

Содержание и тематическое планирование учебного предмета, курса

Разделы/темы	Кол-во час на раздел/тему	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс	Итого за период реализации	
Знания о физической культуре: <i>1. Физическая культура.</i>	Всего: 12 часов В т.ч. В 1 классе-3ч В 2 классе-3ч В 3 классе-3ч В 4 классе-3ч	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Всего: 378 В т.ч. В 1 классе-90 В 2 классе-93 В 3 классе-93 В 4 классе-93	
		<i>2. Из истории физической культуры.</i>	История развития физической культуры и первых соревнований.	Особенности физической культуры разных народов.	Взаимосвязь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа.		Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.
		<i>3. Физические упражнения.</i>	Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств.	Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.		Физическая нагрузка и её влияние на повышение частоты сердечных сокращений.
Способы физкультурной деятельности: <i>1. Самостоятельные занятия.</i>	Всего: 12 часов В т.ч. В 1 классе-3ч В 2 классе-3ч В 3 классе-3ч В 4 классе-3ч	Составление режима дня, выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка,	Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).	Выполнение упражнений для развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).	Выполнение упражнений для развития основных физических качеств; проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).		

		физкультминутки).				
<i>2. Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью</i>		Измерение длины и массы тела, показателей осанки.	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	
<i>3. Самостоятельные игры и развлечения.</i>		Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	
Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>1. Физкультурно-оздоровительная деятельность.</i>	Всего: 12 часов В т.ч. В 1 классе-3ч В 2 классе-3ч В 3 классе-3ч В 4 классе-3ч	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкульт-минуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки. Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.	
<i>2. Гимнастика с основами акробатики.</i>	Всего: 68 В т.ч. В 1 классе-17 В 2 классе-17 В 3 классе-17 В 4 классе-17	Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад; гимнастический мост. Акробатические комбинации.	Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад. Акробатические комбинации.	Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад. Акробатические комбинации.	Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперёд и назад. Акробатические комбинации.	

		<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы. Гимнастическая комбинация. Гимнастические упражнения прикладного характера.</p> <p>Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p>	<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p>	<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p>	<p>Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Опорный прыжок: с разбега через гимнастического козла.</p> <p>Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.</p>	
3. Лёгкая атлетика.	<p>Всего:72 В т.ч. В 1 классе-18 В 2 классе-18 В 3 классе-18 В 4 классе-18</p>	<p>Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения:</p>	<p>Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения:</p>	<p>Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p>	<p>Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.</p>	

		<p>на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p>	<p>на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p>	<p>Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p>	<p>Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.</p> <p>Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.</p>	
4. Лыжные гонки.	<p>Всего:48часов В т.ч. В 1 классе-9 В 2 классе-12 В 3 классе-12 В 4 классе-15</p>	<p>Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.</p>				
5. Подвижные и спортивные игры.	<p>Всего:141час В т.ч. В 1 классе-36 В 2 классе-36 В 3 классе-36 В 4 классе-33</p>	<p>На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. На материале спортивных игр:</p>	<p>На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. На материале спортивных игр:</p>	<p>На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. На материале спортивных игр:</p>	<p>На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.</p> <p>На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.</p> <p>На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию. На материале спортивных игр:</p>	

		<p>Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Подвижные игры разных народов.</p>	<p>Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Подвижные игры разных народов.</p>	<p>Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Подвижные игры разных народов.</p>	<p>Футбол: удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.</p> <p>Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.</p> <p>Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.</p> <p>Подвижные игры разных народов.</p>	
<p>Общеразвивающие упражнения</p> <p><i>1. На материале гимнастики с основами акробатики.</i></p>	<p>Всего:40час</p> <p>В т.ч.</p> <p>В 1 классе-4</p> <p>В 2 классе-4</p> <p>В 3 классе-4</p> <p>В 4 классе-4</p>	<p>Развитие гибкости: широкие стойки на ногах; ходьба включением широкого шага, глубоких выпадов, в приседе, со взмахом ногами; наклоны вперёд, назад, в сторону в стойках на ногах, в седах; выпады и полушпагаты на месте; «выкруты» с гимнастической палкой, скакалкой; высокие взмахи поочерёдно 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.</p> <p>Развитие координации: произвольное преодоление простых препятствий; передвижение с резко изменяющимся направлением и остановками в заданной позе; ходьба по гимнастической скамейке, низкому гимнастическому бревну с меняющимся темпом и длиной шага, поворотами и приседаниями; воспроизведение заданной игровой позы; игры на переключение внимания, на расслабление мышц рук, ног, туловища (в положениях стоя и лёжа, сидя); жонглирование малыми предметами; преодоление полос препятствий, включающее в себя висы, упоры, простые прыжки, перелезание через горку матов; комплексы упражнений на координацию асимметрическими и последовательными движениями руками и ногами; равновесие типа «ласточка» на широкой опоре с фиксацией равновесия; упражнения на переключение внимания и контроля с одних звеньев тела на другие; упражнения на расслабление отдельных мышечных групп; передвижение шагом, бегом, прыжками в разных направлениях по намеченным ориентирам и по сигналу.</p> <p>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, лёжа; комплексы упражнений для укрепления мышечного корсета.</p> <p>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</p>				

		<p>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; лазанье с дополнительным отягощением на поясе (по гимнастической стенке и наклонной гимнастической скамейке в упоре на коленях и в упоре присев); перелезание и перепрыгивание через препятствия с опорой на руки; подтягивание в висе стоя и лёжа; отжимание лёжа с опорой на гимнастическую скамейку; прыжковые упражнения с предметом в руках(с продвижением вперёд поочерёдно на правой и левой ноге, на месте вверх и вверх с поворотами вправо и влево), прыжки вверх-вперёд толчком одной ногой и двумя ногами о гимнастический мостик; переноска партнёра в парах.</p>			
<p>2. На материале лёгкой атлетики.</p>	<p>В т.ч. В 1 классе-3 В 2 классе-3 В 3 классе-3 В 4 классе-3</p>	<p>Развитие координации: бег с изменяющимся направлением по ограниченной опоре; пробегание коротких отрезков из разных исходных положений; прыжки через скакалку на месте на одной ноге и двух ногах поочерёдно.</p> <p>Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений; челночный бег; бег с горки в максимальном темпе; ускорение из разных исходных положений; броски в стенку и ловля теннисного мяча в максимальном темпе, из разных исходных положений, с поворотами.</p> <p>Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой, с бегом в режиме большой интенсивности, с ускорениями; повторный бег с максимальной скоростью на дистанцию 30 м (с сохраняющимся или изменяющимся интервалом отдыха); бег на дистанцию до 400 м; равномерный 6-минутный бег.</p> <p>Развитие силовых способностей: повторное выполнение многоскоков; повторное преодоление препятствий (15–20 см); передача набивного мяча (1 кг) в максимальном темпе, по кругу, из разных исходных положений; метание набивных мячей (1–2 кг) одной рукой и двумя руками из разных исходных положений и различными способами (сверху, сбоку, снизу, от груди); повторное выполнение беговых нагрузок в горку; прыжки в высоту на месте с касанием рукой подвешенных ориентиров; прыжки с продвижением вперёд (правым и левым боком), с доставанием ориентиров, расположенных на разной высоте; прыжки по разметкам в полуприседе и приседе; запрыгивание с последующим спрыгиванием.</p>			
<p>3. На материале лыжных гонок.</p>	<p>В т.ч. В 1 классе-3 В 2 классе-3 В 3 классе-3 В 4 классе-3</p>	<p>Развитие координации: перенос тяжести тела с лыжи на лыжу (на месте, в движении, прыжком с опорой на палки); комплексы общеразвивающих упражнений с изменением поз тела, стоя на лыжах; скольжение на правой (левой) ноге после двух, трёх шагов; спуск с горы с изменяющимися стойками на лыжах; подбирание предметов во время спуска в низкой стойке.</p> <p>Развитие выносливости: передвижение на лыжах в режиме умеренной интенсивности, в чередовании с прохождением отрезков в режиме большой интенсивности, с ускорениями; прохождение тренировочных дистанций.</p>			
Итого	405ч	99ч	102	102	102

Паспорт календарно – тематического планирования:

Аудиторные занятия (35 недель) - , в т.ч.:

- изучения учебного материала –
- лабораторных работ/практикумов -
- иных видов (если указано в примерной программе отдельных учебных предметов), в т.ч.

Виды занятий	По примерной программе	По локальным актам	По КТП	
			1п/г	2п/г
Тематический/текущий контроль			10	
Промежуточная аттестация				
Лабораторных работ				
Практикумов				
Творческих работ				
Развития речи				
Теоретических занятий (для ФК)	3	3	6	

Время на домашнюю работу определено в соответствии с требованиями СанПиН) - на выполнение теоретических заданий не более 10 минут, а практических не менее 30 минут.

Календарно-тематическое планирование в 1 классе

№п/п	Дата		Формы организации образовательного процесса (п.13 ФГОС: любой урок может проходить не только в форме урока, а м.б. экскурсия, творческая мастерская, проект и т.д.), Тип урока по ФГОС	Раздел. Тема урока/ /Тема контрольной процедуры	Элементы содержания, изучаемые на уроке		система тематического контроля, промежуточной аттестации	
	Планируемая	Фактическая			- элементы содержания, относящиеся к результатам, которым учащиеся «научатся», указанные в примерной учебной программе (инвариантное содержание).	- элементы содержания, относящиеся к результатам, которым учащиеся «получат возможность научиться»	(виды, формы контроля: текущего и тематического, промежуточной аттестации согласно теме, указанной в графе 3 КТП)	Подлежащие оценке планируемые результаты освоения учебного предмета <u>(из первой части рабочей программы: регулятивные, познавательные, предметные . ИКТ и т.п б по отдельности и если текущий или комплексом, если тематический)</u>
Знания о физической культуре 3 часа								
1			Урок первичного	(Физическая культура-1ч)		Характеризовать	Текущий	Ориентиров

			предъявления новых знаний	Понятие о физической культуре	Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	<i>роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья.</i>		аться в понятиях «физическая культура», «режим дня»;
2			Урок первичного предъявления новых знаний	<i>(История физической культуры 1ч)</i> История развития физической	Взаимосвязь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа.	С помощью иллюстраций в тексте учебника объяснить связь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа.	Текущий	Изложения фактов истории развития физической культуры, характеристика ее роли и значения в жизнедеятельности человека.
3			Контрольный	<i>(Физические упражнения 1ч)</i> Представление о физических упражнениях Защита проектной задачи «Мой комплекс утренней гимнастики»	Физические упражнения, их влияние на физическое развитие и развитие физических качеств. Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	Объяснять значение и кратко характеризовать значение утренней зарядки	Тематический	Отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультурных минут.
Способы физкультурной деятельности 3 часа								
4			Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями	<i>(Самостоятельные занятия.)</i> Комплексы физических упражнений	ОРУ. Развитие физических качеств; скоростные, скоростно-силовые, координационные, гибкости и силы. Подвижные игры, эстафеты	Выполнять предложенные комплексы упражнений		Выполнять Упражнения соответствии и с изученными правилами.
5			<i>Интегрированный урок</i>	<i>(Измерение показателей физического развития.</i> Способы измерения нагрузки Практическая работа. Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и	ОРУ. Развитие физических качеств; скоростные, скоростно-силовые, координационные, гибкости и силы. Подвижные игры, эстафеты	Определять самочувствие по внешним признакам	Текущий	оценивать результат своей деятельности и в соответствии с заданными

				физической подготовленностью)				критериями или образцом
6			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	<i>(Самостоятельные игры и развлечения)</i> Игры и развлечения в летнее время года Урок- игра «Разучи народную подвижную игру с классом»	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).		Тематический контроль	Организовать 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.
Физическое совершенствование 3 часа								
7			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Физкультурно-оздоровительная деятельность)</i> Сам.р. Комплексы физических упражнений для утренней зарядки	ОРУ. Упражнения без предметов, с предметами (мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи). Подвижные игры	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий	Умения демонстрации комплекса упражнений утренней зарядки
8			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплекс физических упражнений для занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки	ОРУ на месте, в движении с предметами (мешочки), на гимнастических матах. Эстафеты с предметами	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>		Умения демонстрации комплекса упражнений по профилактике и коррекции осанки.
9			<i>Урок формирования первоначальных</i>	Комплекс физических упражнений на развитие	ОРУ. Развитие физических качеств; скоростные, скоростно-силовые,	<i>Сохранять правильную</i>	Тематический .	Умения демонстрац

			<i>предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	физических качеств Зачёт «Демонстрация комплекса упражнений на развитие ловкости»	координационные, гибкости и силы. Подвижные игры, эстафеты	<i>осанку, оптимальное телосложение.</i>		ии комплекса упражнений
Спортивно-оздоровительная деятельность								
Лёгкая атлетика 18ч + 3ч. Общеразвивающие упражнения на материале легкой атлетике + 3 часа подвижных игр на основе легкой атлетике.								
10			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Беговые упражнения: <i>Тест «Техника исполнения беговых упражнений»</i>	ОРУ без предметов Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением.	Понимать технику бега	Текущий контроль:	Знать и демонстрировать беговые упражнения
11			<i>Комбинированный урок</i>	Беговые упражнения: Тест Техника исполнения бега с изменением направления движений	ОРУ без предметов Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением.	Выполнять беговые упражнения	Текущий контроль:	Знать и демонстрировать беговые упражнения
12			<i>Комбинированный урок</i>	Беговые упражнения:	ОРУ без предметов. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения		Текущий контроль: Техника исполнения бега.	Знать и демонстрировать беговые упражнения
13			<i>Комбинированный урок</i>	Беговые упражнения:	ОРУ без предметов. Беговые упражнения: челночный бег; высокий старт с последующим ускорением.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль: Тестирование координационных способностей в беге 3х10.	Знать и демонстрировать беговые упражнения
14			<i>Комбинированный урок</i>	Беговые упражнения:	ОРУ в движении. Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений;	Выполнять прыжковые упражнения	Тематический контроль: Техника бега с высокого старта.	Знать и демонстрировать беговые упражнения
15			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков,</i>	Прыжковые упражнения:	ОРУ. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением. Подвижные игры.	Выполнять прыжковые упражнения	Текущий контроль: Техника	Знать и демонстрировать

			<i>овладения предметными умениями</i>				исполнения прыжков на одной и 2х ногах.	прыжковые упражнения
16			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения	ОРУ Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением. Подвижные игры.	Выполнять прыжковые упражнения	Текущий контроль: Техника исполнения прыжков с изменением направления	
17			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения	ОРУ. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением. Подвижные игры.	Выполнять прыжковые упражнения	Текущий контроль: Техника исполнения прыжков с запрыгиванием и спрыгиванием.	
18			<i>Контрольный урок</i>	Прыжковые упражнения	ОРУ. Прыжковые упражнения: спрыгивание и запрыгивание. Подвижные игры.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	
19			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения	ОРУ. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль: Техника исполнения прыжка в длину с разбега	
20			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения	ОРУ Прыжковые упражнения: в длину и высоту; Подвижные игры.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль: Техника исполнения прыжка в длину с разбега	
21			<i>Контрольный урок</i>	Прыжковые упражнения	ОРУ Прыжковые упражнения: в длину и высоту; Подвижные игры.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>		Тематический контроль: Техника прыжка в

								длину с разбега на результат.
22			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Метание:	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
23			<i>Комбинированный урок</i>	Метание:	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
24			<i>Комбинированный урок</i>	Метание:	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
25			<i>Комбинированный урок</i>	Метание:	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
26			<i>Комбинированный урок</i>	Метание:	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль: Техника метания малого мяча в цель.	
27			<i>Контрольный урок</i>	Метание:	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование метание мяча в цель на результат
28			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Броски:	Ору с малыми мячами. Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Развитие скоростных качеств в повторном беге 30м.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.
29			<i>Комбинированный урок</i>	Броски:	большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Развитие скоростных качеств в повторном беге 30м.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.

						<i>подготовке.</i>		
30			<i>Контрольный урок</i>	Броски:	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Развитие скоростных качеств в повторном беге 30м.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</i>	Тематический контроль:	Бросок мяча на дальность
Подвижные игры на основе легкой атлетики: 3ч								
31			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игра «К своим флажкам»	ОРУ на развитие прыгучести. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
32			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игры: «Прыгуны и пятнашки», «Невод»	ОРУ с мячами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
33			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игры: «Веревочка под ногами», «Вызов номеров»	ОРУ. Линейные эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей		Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
Гимнастика с основами акробатики 17ч +4ч. Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики. 3ч Подвижные игра на основе гимнастики								
34			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Строевые действия в шеренге и колонне.	ТБ на уроках физической культуры. ОРУ в движении. Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. Перестроение и 1 колонны в 4 в движении. Веселые старты.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Демонстрация техники строевых упражнений .
35			<i>Комбинированный урок</i>	Группировка; перекаты в группировке	ОРУ на развитие гибкости. Совершенствование техники кувырка в группировке. Развитие координационных способностей	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль	Демонстрация техники упражнений .
36			<i>Комбинированный урок</i>	Перекаты; лежачая на животе	ОРУ на развитие гибкости. Совершенствование техники кувырка в группировке. Развитие координационных способностей	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения перекатов
37			<i>Комбинированный урок</i>	Перекаты; из упора стоя на коленях	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника	<i>Выполнять эстетически</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения

					выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед.	<i>красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>		стойки на лопатках.
38			<i>Комбинированный урок</i>	Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения перекатов вперед, назад
39			<i>Комбинированный урок</i>	Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль: Техника исполнения акробатических упражнений	
40			<i>Комбинированный урок</i>	Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль: Техника исполнения кувырков вперед, назад	
41			<i>Комбинированный урок</i>	(Акробатические комбинации). Перекаты, стойка на лопатках	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Перекаты вперед и назад, стойка на лопатках.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений
42			<i>Комбинированный урок</i>	Перекаты, стойка на лопатках	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Перекаты вперед и назад, стойка на лопатках.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	: Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений

43			<i>Комбинированный урок</i>	Мост из положения лежа на спине.	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений
44			<i>Комбинированный урок</i>	Мост из положения лежа на спине.	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений
45			<i>Комбинированный урок</i>	Мост из положения лежа на спине, переворот в положение лежа на живот	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений
46			<i>Контрольный урок</i>	Прыжок с опорой на руки в упор присев.	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Тематический контроль:	Техника эстетического выполнения самостоятельно составленных из ранее изученных акробатических упражнений
47			<i>Урок формирования</i>	<i>Гимнастические</i>	ОРУ в движении, развитие гибкости.	<i>Выполнять</i>	Текущий	Техника

			<i>первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>упражнения прикладного характера)</i> Передвижение по гимнастической стенке.	Передвижение по гимнастической стенке на различную высоту. Совершенствование техники лазание по канату.	<i>эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	контроль:	исполнения передвижения по гимнастической стенке и лазания по канату.
48			<i>Комбинированный урок</i>	Преодоление полосы препятствий с элементами лазания.	ОРУ на развитие гибкости. Лазание по скамейке, по бревну. Гимнастическая полоса препятствий: лазание по мату ползком на животе, на спине, бег по кочкам.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения преодоления препятствий ползком на животе и спине.
49			<i>Комбинированный урок</i>	Преодоление полосы препятствий с элементами переползаниями.	ОРУ на развитие гибкости. Преодоление полосы препятствий: лазание по гимнастической стенке, переползание через большие и малые кубики .	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	Текущий контроль	Техника исполнения преодоления препятствий с перелезанием через большие и малые кубики.
50			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Упражнения на низкой гимнастической перекладине) Висы на низкой перекладине	Ору на развитие гибкости. Вис согнувшись, вис прогнувшись. Развитие координации в ходьбе по рейке гимнастической скамейке.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения виса стоя и виса завесом одной ногой.
51			<i>Комбинированный урок</i>	Висы на низкой перекладине	Ору на развитие гибкости. Вис согнувшись, вис прогнувшись. Развитие координации в ходьбе по рейке гимнастической скамейке.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения виса стоя сзади и прогнувшись.
52			<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Висы на низкой перекладине	Ору на развитие гибкости. Вис углом. Переворот назад и вперед на перекладине. Развитие координации в ходьбе по рейке гимнастической скамейке.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения комбинации .
53			<i>Урок обобщения и систематизации</i>	Висы на низкой перекладине	Ору на развитие гибкости. Подтягивания на низкой	<i>Выполнять эстетически</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения

			<i>предметных знаний</i>		перекладине из виса лежа. Развитие координации в ходьбе по рейке гимнастической скамейке.	<i>красиво гимнастические Упражнения</i>		комбинации
54			<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Висы на низкой перекладине	Ору на развитие гибкости. Подтягивания на низкой перекладине из виса лежа. Развитие координации в ходьбе по рейке гимнастической скамейке. Упражнения в висе стоя и лежа; в висе спиной к гимнастической стенке поднимание согнутых и прямых ног; вис на согнутых руках; подтягивание из седа ноги врозь;	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические Упражнения</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения комбинации на низкой перекладине
<i>Подвижные игры на основе гимнастики 3ч</i>								
55			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игры: «Класс смирно», «Кто быстрее встанет в круг»	ОРУ. Игровые задания с использованием строевых упражнений. Изучение правил и условия проведения подвижных игр	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
56			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игры: «Вызов номеров», «Кто обгонит»	ОРУ. Развитие внимание, умение выполнять технические действия в подвижных играх.	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
57			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игры: «Класс смирно», «Кто быстрее встанет в круг»	ОРУ. Игровые задания с использованием строевых упражнений. Изучение правил и условия проведения подвижных игр	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий. Техника исполнения игровых действий.
<i>Лыжная подготовка 15ч</i>								
58			<i>Урок повторения предметных знаний</i>	ТБ на уроках лыжной подготовки. Переноска и надевание лыж. Игра: «Знак качества»	Урок совершенствования знаний, умений, навыков.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Знание техники безопасност и. Демонстрация умений переноски и одевания лыж.
59			<i>Урок повторения</i>	Скольжение на лыжах	Урок совершенствования знаний,	<i>Выполнять</i>	Текущий	: Техника

			<i>предметных знаний</i>	попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах. Прохождение дистанции 1000м.	умений, навыков.	<i>передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	контроль	скольжения попеременно 2х шажным ходом.
60			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах	Учетный	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
61			<i>Комбинированный урок</i>	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1000м. Освоение техники лыжных ходов.	Урок совершенствования знаний, умений, навыков.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
62			<i>Контрольный урок</i>	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1500м. Освоение техники лыжных ходов.	Учетный	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом на дистанции 1500м без учета времени.
63			<i>Комбинированный урок</i>	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000м.	Урок совершенствования знаний, умений, навыков.	<i>– выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения одновременного 2х шажным ходом.
64			<i>Комбинированный урок</i>	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000м.	Учетный	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения одновременного 2х шажным ходом.

65			<i>Комбинированный урок</i>	Совершенствование техники поворота переступанием. Лыжная гонка.	Урок совершенствования знаний, умений, навыков.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника поворота переступанием.
66			<i>Комбинированный урок</i>	Совершенствование техники поворота переступанием. Лыжная гонка.	Урок совершенствования знаний, умений, навыков.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль	: Техника поворота переступанием.
Подвижные и спортивные игры. -31ч На основе баскетбола- 10ч								
73			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Специальные передвижения без мяча.	Комплекс упражнений в парах. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. «Салки спиной к щиту».	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
74			<i>Комбинированный урок</i>	Специальные передвижения без мяча.	Бег с ускорениями из различных исходных положений. Парные упражнения с сопротивлениями. Игра «Круговая охота»	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
75			<i>Комбинированный урок</i>	Специальные передвижения без мяча.	Бег со сменой направления по зрительному сигналу. Комплекс упражнений в парах. Стойка игрока. Перемещение в стойке боком, спиной вперед, лицом. «Салки спиной к щиту», Развитие координационных способностей.	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника ведения мяча с изменением направления
76			<i>Комбинированный урок</i>	Специальные передвижения без мяча.	Комплекс упражнений в парах. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. <i>Парные и групповые упражнения:</i> с сопротивлением, перетягиванием. Остановка двумя шагами и прыжком. Игра «Круговая охота»	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника ведения мяча в средней и низкой стойке.
77			<i>Контрольный урок</i>	Специальные передвижения без мяча.	Комплекс упражнений в парах. Бег со сменой направления по зрительному сигналу. <i>Парные и групповые упражнения:</i> с сопротивлением, перетягиванием. Остановка двумя шагами и прыжком. Игра «Круговая охота»	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Тематический контроль:	Техника ведения мяча левой и правой рукой.

78			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Бросок по кольцу. Ведение мяча.	Комплекс упражнений с набивными мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча в парах, Комплекс силовой аэробики. Игра «Бегуны».	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
79			<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу. Ведение мяча.	Комплекс упражнений с набивными мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча в парах, Комплекс силовой аэробики. Игра «Бегуны».	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
80			<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу. Ведение мяча.	Комплекс упражнений с набивными мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча в парах, Комплекс силовой аэробики. Игра «Бегуны».	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
81			<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу. Ведение мяча.	Комплекс упражнений с набивными мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча в парах, Комплекс силовой аэробики. Игра «Бегуны».	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
82			<i>Контрольный урок</i>	Бросок по кольцу. Ведение мяча.	Комплекс упражнений с набивными мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Ведение мяча правой и левой рукой. Ловля и передача мяча в парах, Комплекс силовой аэробики. Игра «Бегуны».	выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Тематический контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди на результат.
На основе футбола - 10ч								
83			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Передача мяча внутренней стороны стопы	ОРУ. Удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
84			<i>Комбинированный урок</i>	Передача мяча внутренней стороны стопы	ОРУ. Удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам

								внутренней частью стопы.
85			<i>Комбинированный урок</i>	Остановка мяча после передачи	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.		Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
86			<i>Комбинированный урок</i>	Остановка мяча после передачи	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника удара по неподвижному мячу в ворота на результат.
87			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по катящемуся мячу.	ОРУ. Специально-беговые упражнения. Удары по воротам с правой и левой стороны.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
88			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по катящемуся мячу.	ОРУ. Специально-беговые упражнения. Удары по воротам с правой и левой стороны.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
89			<i>Контрольный урок</i>	Игра в футбол.	ОРУ в движении. Соревнования по футболу.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
90			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощённым правилам	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
91			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощённым правилам	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
92			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощённым правилам	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам
На основе волейбола - 10ч								
93			<i>Урок формирования</i>	Ловля и передача мяча	ОРУ в движении. Работа в парах.		Техника	Текущий

			<i>первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	сверху двумя руками	Ознакомление с техникой приема и передачи мяча.		имитации приема и передачи мяча.	контроль:
94			<i>Комбинированный урок</i>	Ловля и передача мяча сверху двумя руками	ОРУ в движении. Работа в парах. Ознакомление с техникой приема и передачи мяча.		Текущий контроль: Техника имитации приема и передачи мяча.	
95			<i>Комбинированный урок</i>	Ловля и передача мяча снизу двумя руками	ОРУ в движении. Работа в парах, небольших группах в движении Нижняя прямая подача.		Текущий контроль: Техника передачи мяча после собственного подбрасывания.	
96			<i>Комбинированный урок</i>	Ловля и передача мяча снизу двумя руками	ОРУ в движении. Работа в парах, небольших группах в движении Нижняя прямая подача.		Текущий контроль: Техника подачи мяча в стену.	
97			<i>Комбинированный урок</i>	Ловля и передача мяча сверху двумя руками в тройке	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль: Техника подачи мяча через сетку.	
98			<i>Контрольный урок</i>	Ловля и передача мяча сверху двумя руками в тройке	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль: Техника подачи мяча через сетку с 3 метров.	
99			<i>Контрольный урок</i>	Ловля и передача мяча сверху двумя руками в колонне	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача через сетку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль: Техника подачи мяча через сетку.	

							с 3 метров.	
100			<i>Комбинированный урок</i>	Ловля и передача мяча сверху двумя руками в колонне	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача через сетку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>		Текущий контроль: Техника игры в мини волейбол.
101			<i>Комбинированный урок</i>	Игра в пионербол	Игра по упрощенным правилам в две команды.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>		Текущий контроль: Техника игры в мини волейбол.
102			<i>Комбинированный урок</i>	Игра в пионербол	Игра по упрощенным правилам в две команды.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>		Текущий контроль: Техника игры в мини волейбол.

Фонд оценочных средств для 1го класса

	Тема	Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделу « выпускник научится»		Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделам «выпускник получит возможность научиться»	
1	Знания о физической культуре: Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.	Письменные ответы на вопросы раскрывающие значения физической культуры.	<i>Планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности.</i>	<i>Практическая работа по составлению режим дня.</i>
2	Особенности физической культуры разных народов.	Раскрывать на примерах особенности физической культуры народов Севера.	Письменные ответы на вопросы раскрывающие значения физической культуры народов Севера.	<i>Национальные виды спорта народов Севера.</i>	<i>Ответы на тестовые задания.</i>
3	Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	Раскрывать на примерах взаимосвязь физической подготовки с развитием основных физических качеств.	Письменные ответы на вопросы раскрывающие взаимосвязь физической подготовки с развитием основных физических качеств.		
1	Способы физкультурной деятельности: Выполнение простейших закалывающих процедур, комплексов упражнений для формирования	Организовывать и проводить простейшие комплексы для формирования правильной осанки.	Демонстрация умений.	<i>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.</i>	<i>Оценка ведения тетради по ФК.</i>

	правильной осанки и развития мышц туловища, проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).									
2	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений				<i>вести тетрадь по физической культуре с записями результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности</i>			<i>Оценка ведения тетради по ФК</i>		
3	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении.	Демонстрация умений							
1	Тестовые нормативы по физической подготовке.	Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.	№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
					Мальчики			Девочки		
					3	4	5	3	4	5
			1.	Челночный бег 3x10 м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
				бег на 30 м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
			2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
			3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
				Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	7	9	17	4	5	11
			4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцам и рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135			

			6	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз)	2	3	4	2	3	4
			7	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Без учета времени					

Время на выполнение домашних заданий.

Класс	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
Итого	Не предусмотрено	Не менее 5 раз в неделю по 20 минут	Не менее 5 раз в неделю по 30 минут	Не менее 5 раз в неделю по 40 минут

Материально-техническое, учебно-методическое, информационное обеспечение

1. Основная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Примерная программа по учебным предметам «Стандарты второго поколения».	А.М. Кондаков, академик РАО Л.П. Кезина.	Москва «Просвещение»	2010г.

2. Дополнительная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Физическая культура в школе.	Ю.А. Янсон.	Изд. 2-е,	2009г.
2	Настольная книга учителя физической культуры.	Б.И. Мишин.	«Издательство Астрель»	2003г.
3	Энциклопедия физических упражнений.	Е. Талага.	«Физкультура и спорт»	1998г.

Оборудование и инвентарь для реализации образовательной программы

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Антенна для волейбола	2
2.	Бадминтон	10
3.	Весы напольные	2
4.	Волан для бадминтона	10
5.	Граната для метания – 0,5 кг	5
6.	Граната для метания – 0,7 кг	5
7.	Иглы для мячей авт.	10
8.	Канат для перетягивания	2
9.	Коврик для аэробики	20
10.	Мяч гандбол	5
11.	Нагрудные номера	60
12.	Насос механический	1
13.	Перчатки вратарские взрослые	2
14.	Степ-платформ а	30
15.	КОНУС сигнальный	50
16.	Устройство для поднятия флагов	1
Баскетбол		
17.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	40
18.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	50
19.	Сетка баскетбольная – белая	20
20.	Сетка баскетбольная – трёхцветная	20
21.	Стойка баскетбольная профессиональная	2
22.	Навесное баскетбольное кольцо	5
23.	Форма баскетбольная.	24
Волейбол		
24.	Мяч волейбольный "Gala" (Чехия)	15
25.	Мяч футбольный	20
26.	Сетка волейбольная	6
27.	Стойки волейбольные	1
28.	Судейская вышка	2
29.	Форма волейбольная, короткий рукав	24
Гимнастика, легкая атлетика		
30.	Барьер легкоатлетический с регулируемой высотой 5 уровневые. 762-1067 мм	5

31.	Граната для метания – 0,5 кг	10
32.	Граната для метания – 0,7 кг	10
33.	Коврик гимнастический	30
34.	Комплект гантелей - разборные (2, 4, 6кг)	2
35.	Корпус бревна гимнастического	2
36.	Мячи для метания в цель	40
37.	Обруч гимнастический	50
38.	Палочка гимнастическая	30
39.	Планки для прыжков в высоту	6
40.	Рулетка	6
41.	Секундомер электрический	3
42.	Секундомер механический	6
43.	Скакалка	30
44.	Скамейка гимнастическая Серия SportLife.	30
45.	Станок стартовый школьный, комплект	1
46.	Шведская стенка Серия SportLife	1
47.	Стойка универсальная (Предназначена для игры в волейбол, бадминтон, теннис.)	4
48.	Стойка для прыжков в высоту металлическая с шестом. СП-SL Серия 1 Sport Life	2
49.	Тренажер для обучения бегу	1
50.	Тренажер для обучения прыжкам	1
51.	Тренажер для обучения метанию	2
52.	Турник для крепления к шведской стенке T-SL Серия SportLife .	6
53.	Цель для метания	4
54.	Шагомер	1
55.	Электромегатон	2
56.	Эстафетная палочка	10
Игры		
57.	Дартс. Комплект	6
58.	Устройство для установки стойки для обводки, комплект	4
59.	Флажки для разметки дистанций, комплект	4
60.	Эспандеры	50
61.	Приспособления и устройства для бега в зале	1
62.	Дуги для подлезания	1
63.	Медицинбол, 1 кг	10
64.	Медицинбол, 2 кг	10
65.	Медицинбол, 3 кг	10
66.	Медицинбол, 15 кг	10

67.	Цели подвижные	6
68.	Цели устанавливаемые	4
69.	Щиты-отражатели ударов мяча	4
Футбол		
70.	Ворота для мини-футбола	2
71.	Компрессор для надувания мячей	2
72.	Мяч футбольный, размер №5	10
73.	Мяч футбольный, размер №4	20
74.	Мяч футбольный "Select". Размер № 4	10
75.	Мяч футбольный, Размер № 4	20
76.	Насос универсальный с иглой для мячей	4
77.	Сетка на футбольные ворота	2
78.	Щитки ф/б отечественные.	20
79.	Форма футбольная, короткий рукав	22
80.	Форма вратаря	1
81.	Стойка для крепления низкая	8
82.	Стойка для крепления средняя	8
83.	Стойка для крепления высокая	8
84.	Стаканы для крепления	30
Оборудование для контроля и оценки действий		
85.	Динамометр кистевой	15
86.	Свисток судейский	12
87.	Свисток игровой	12
88.	Табло информационное	1
89.	Метроном механический	2
90.	Часы Настенные. Электронные.	1
91.	Устройство-показатель счета движения	2
92.	Пьедестал	1
93.	Степ-платформа для аэробики	30
Оборудование для занятий зимними видами спорта		
94.	Лыжи подростковые и палки лыжные.	250
95.	Ботинки лыжные и крепление.	250
96.	Стеллажи	2
97.	Стеллажи для хранения лыжного инвентаря	2
98.	Стеллажи для хранения лыжной обуви	2
99.	Стеллажи для хранения обуви с коньками	1
100.	Скамейки для раздевалок	8

					результатам, которым учащиеся «научатся», указанные в примерной учебной программе (инвариантное содержание).	результатам, которым учащиеся «получат возможность научиться»	текущего и тематического, промежуточной аттестации согласно теме, указанной в графе 3 КТП)	результаты освоения учебного предмета
Знания о физической культуре 3 часа								
1	1 чет. 1.09.17		<i>Урок первичного предъявления новых знаний</i>	<i>(Физическая культура)</i> Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека Роль и значение занятий физической культурой и поддержание хорошего здоровья для успешной учебы и социализации в обществе	Раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.		Текущий	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
2	5.09.17		<i>Урок первичного предъявления новых знаний</i>	<i>(История физической культуры)</i> Особенности физической культуры разных народов.	Раскрывать на примерах особенности развития физической культуры коренных народов Севера.		Текущий	Изложения фактов истории развития физической культуры, характеристика ее роли и значения в жизнедеятельности человека.
3	7.09.17		<i>Урок первичного предъявления новых знаний</i>	<i>(Физические упражнения)</i> Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.	Раскрывать на примерах положительное		Текущий	Представление физической культуры как

					влияние занятий развития физических качеств на здоровье человека.			средства укрепления здоровья, физического развития и физической и физической подготовки человека.
Способы физкультурной деятельности								
4	8.09.17		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Самостоятельные занятия.)</i> Комплекс ОРУ для формирования правильной осанки и развития мышц туловища, развития основных физических качеств.		<i>Вести тетрадь по физической культуре с записями режима дня, комплексов утренней гимнастики,</i>	Текущий	Уметь выполнять упражнения во время самостоятельных занятий.
5	12.09		<i>Интегрированный урок</i>	<i>(Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью)</i> Измерение длины и массы тела, показателей осанки и физических качеств.		<i>Вести наблюдения за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности.</i>	Текущий	Определять правильность осанки
6	14.09		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	<i>(Самостоятельные игры и развлечения)</i> Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении		Текущий	й
Физическое совершенствование								
7	15.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Физкультурно-оздоровительная деятельность)</i> Комплекс физических упражнений по профилактике и коррекции нарушений осанки без предметов. Комплекс упражнений на развитие физических качеств быстроты.	Выполнять упражнения на развитие физических качеств (быстроты).	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий	Умения демонстрировать упражнения для развития быстроты и коррекции

				Подвижные игры.				осанки.
8	19.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплекс физических по профилактике и коррекции нарушений осанки с гимнастическими палками. Комплекс упражнений на развитие физических качеств силы. Подвижные игры.	Выполнять упражнения на развитие физических качеств.	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий	Умения демонстрации и комплекса упражнений по профилактике и коррекции осанки.
9	21.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплекс физических по профилактике и коррекции нарушений осанки с набивными мячами. Комплекс упражнений на развитие физических качеств гибкость. Подвижные игры.	Выполнять упражнения на развитие физических качеств.	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий	Умения демонстрации и комплекса упражнений по профилактике и коррекции осанки.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Лёгкая атлетика 18ч + 3ч. Общеразвивающие упражнения на материале легкой атлетике + 3 часа подвижных игр на основе легкой атлетике.

10	22.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Беговые упражнения)</i> ОРУ без предметов, специально беговые упражнения. Круговая эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		Текущий контроль:	Техника исполнения беговых упражнений.
11	26.09		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ без предметов, специально беговые упражнения. Бег с изменяющимся направлением движения. Веселые старты.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		Текущий контроль:	Техника исполнения бега с изменением направления движений
12	28.09		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ без предметов. Специально-беговые упражнения. Бег из различных исходных положений. Эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		Текущий контроль:	Техника исполнения бега из положения лежа.
13	29.09		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ без предметов. Специально-беговые упражнения. Челночный бег. Высокий старт с последующим ускорением. Эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование координационных способностей в беге 3x10.

14	3.10		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с последующим ускорением на различные дистанции. Эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		\ Тематический контроль:	Техника бега с высокого старта.
15	5.10		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Прыжковые упражнения) ОРУ. Разновидности прыжков: на одной ноге и двух ногах, выпрыгивание, много скоки.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		Текущий контроль:	Техника исполнения прыжков на одной и 2х ногах.
16	6.10		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ со скакалками. Прыжки на одной, на двух ногах, с изменением направления.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		Текущий контроль:	Техника исполнения прыжков с изменением направления
17	10.10		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Прыжки запрыгиванием и спрыгиванием на матов. Эстафеты.	Выполнять легкоатлетические упражнения.		Текущий контроль:.	Техника исполнения прыжков с запрыгиванием и спрыгиванием
18	12.10		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ. Разновидности прыжков. Развитие прыгучести. Повторение техники прыжка в длину с разбега.	Выполнять легкоатлетические упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль	Тестирование скоростно-силовых качеств в прыжке в длину с места.
19	13.10		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Развитие прыгучести. Прыжок в длину с разбега с 5 шагов. Игра «Прыгающие воробьи».	Выполнять легкоатлетические упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка в длину с разбега
20	17.10		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ со скакалками. разновидности прыжков на скакалке. Прыжок в длину с разбега с 5 шагов. Игра «Прыгающие воробьи».	Выполнять легкоатлетические упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка в длину с разбега

21	19.10		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ со скакалками. разновидности прыжков на скакалке. Прыжок в длину с разбега с 5 шагов. Игра «Прыгающие воробьи».	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Техника прыжка в длину с разбега на результат.
22	20.10		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Метание)</i> Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений.	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
23	24.10		<i>Комбинированный урок</i>	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
24	26.10		<i>Комбинированный урок</i>	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
25	27.10		<i>Комбинированный урок</i>	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
26	31.10		<i>Комбинированный урок</i>	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
27	2.11		<i>Контрольный урок</i>	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в цель Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	Выполнять легкоатлетически е упражнения.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование метание мяча в цель на результат
28	3.11		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными</i>	<i>(Броски)</i> ОРУ без предметов. Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Развитие скоростных качеств в повторном беге	Выполнять легкоатлетически е упражнения. Выполнять		Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.

			<i>умениями</i>	30м.	упражнения на развитие физических качеств.			
29	14.11		<i>Комбинированный урок</i>	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Развитие скоростных качеств в повторном беге 30м.	Выполнять легкоатлетические упражнения. Выполнять упражнения на развитие физических качеств.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.
30	16.11		<i>Контрольный урок</i>	Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами. Развитие скоростных качеств в повторном беге 30м.	Выполнять легкоатлетические упражнения. Выполнять упражнения на развитие физических качеств.		Тематический контроль:	Тестирование : Бросок мяча на дальность
Подвижные игры на основе легкой атлетике: 3ч								
31	17.11		<i>Урок повторения предметных умений</i>	ОРУ на развитие прыгучести. Эстафеты. Игра «К своим флажкам». Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
32	21.11		<i>Урок повторения предметных умений</i>	ОРУ с мячами. Эстафеты. Игры: «Прыгуны и пятнашки», «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
33	23.11		<i>Урок повторения предметных умений</i>	ОРУ. Линейные эстафеты. Игры: «Веровочка под ногами», «Вызов номеров». Развитие скоростно-силовых способностей.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.

Гимнастика с основами акробатики 17ч +4ч. Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики. 3ч
Подвижные игра на основе гимнастики

34	24.11		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения) ТБ на уроках физической культуры. Строевые действия в шеренге и колонне:Вольно!), «Равняйсь!», «Смирно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Группа, стой!». Упоры и седы. Эстафеты.	Выполнять организующие строевые команды и приёмы.		Текущий контроль:	Демонстрация техники строевых упражнений.
35	28.11		<i>Комбинированный урок</i>	Строевые действия в шеренге и колонне:Вольно!), «Равняйсь!», «Смирно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Группа, стой!». ОРУ на развитие гибкости. Упоры и седы Совершенствование техники кувырка в группировке. Развитие координационных способностей	Выполнять организующие строевые команды и приёмы. Выполнять акробатические упражнения. Выполнять упражнения на развитие физических качеств.		Текущий контроль	Демонстрация техники строевых упражнений
36	30.11		<i>Комбинированный урок</i>	Построение в шеренгу и колонну по ориентирам. Перестроение из шеренги в колонну и обратно уступами. ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Совершенствование техники стойки на лопатках, ноги согнутые. Сед углом.	Выполнять организующие строевые команды и приёмы. Выполнять акробатические упражнения.		Текущий контроль:.	Техника исполнения седа углом
37	1.12		<i>Комбинированный урок</i>	Построение в шеренгу и колонну по ориентирам. Перестроение из шеренги в колонну и обратно уступами. ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед	Выполнять организующие строевые команды и приёмы. Выполнять акробатические упражнения.		Текущий контроль:	Техника исполнения стойки на лопатках.
38	5.12		<i>Контрольный урок</i>	Повороты прыжком по командам: «Прыжком налево!», «Прыжком напра-во!». ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Перекаты. Повторение кувырков вперед и назад. Совершенствование техники моста из положения лежа.	Выполнять организующие строевые команды и приёмы. Выполнять акробатические упражнения.		Тематический контроль:	Техника исполнения кувырка вперед и назад.
39	7.12		<i>Урок формирования</i>	(Акробатическая комбинация)	Выполнять	<i>Выполнять</i>	Текущий	Техника

			<i>первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	организующие строевые команды и приёмы. Выполнять акробатические упражнения.	<i>эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	контроль:.	исполнения акробатических упражнений
40	8.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
41	12.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
42	14.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев. Гимнастическая полоса препятствий.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
43	15.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
44	19.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатическ

						<i>комбинации.</i>		их упражнений.
45	21.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
46	22.12		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед.		<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Тематический контроль:	Техника эстетического выполнения самостоятельно составленных из ранее изученных акробатических упражнений.
47	26.12		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Гимнастические упражнения прикладного характера)</i> ОРУ в движении, развитие гибкости. Передвижение по гимнастической стенке на различную высоту. Совершенствование техники лазание по канату.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:	Техника исполнения передвижения по гимнастической стенке и лазания по канату.
48	28.12		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Лазание по скамейке, по бревну. Гимнастическая полоса препятствий: лазание по мату ползком на животе, на спине, лазание по кочкам.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:	Техника исполнения преодоления препятствий ползком на животе и спине.
49	2 чет. 11.01.17		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ на развитие гибкости. Преодоление полосы препятствий: лазание по гимнастической стенке, переползание через большие и малые кубики .	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:	Техника исполнения преодоления препятствий с перелезанием через большие и

								малые кубики.
50	12.01		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Упражнения на низкой гимнастической перекладине)</i> ОРУ в движении. Из вися стоя вис завесом одной, вис прогнувшись, вис стоя сзади. Гимнастическая полоса препятствий.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:	Техника исполнения вися стоя и вися завесом одной ногой.
51	16.01		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Из вися стоя вис за весом одной, вис прогнувшись, вис стоя сзади. Гимнастическая полоса препятствий.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:.	Техника исполнения вися стоя сзади и прогнувшись
52	18.01		<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	<i>(Гимнастическая комбинация на низкой перекладине)</i> Ору на развитие гибкости. Из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации
53	19.01		<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Ору на развитие гибкости. Из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:	Техника исполнения комбинации.
54	23.01		<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Ору на развитие гибкости. Из вися стоя присев толчком двумя ногами перемах, согнув ноги, в вис сзади согнувшись, опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах.		Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации на низкой перекладине
<i>Подвижные игры на основе гимнастики 3ч</i>								
55	25.01		<i>Урок повторения предметных умений</i>	ОРУ. Игровые задания с использованием строевых упражнений. Игры: «Змейка» «Класс смирно», «Кто быстрее встанет в круг». П/игра «Море волнуется».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:.	Техника исполнения игровых действий
56	26.01		<i>Урок повторения предметных умений</i>	ОРУ. Игра с использованием строевых упражнений «К своим флажкам. Игры: «Класс смирно», «Кто быстрее встанет в круг». П/игра «Самый ловкий».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной		Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.

					функциональной направленности.			
57	30.01		<i>Урок повторения предметных умений</i>	ОРУ. Игровые задания с использованием строевых упражнений: «Становись – разойдись», «Смена мест». Игры: «Класс смирно», «Кто быстрее встанет в круг», «Вызов номеров».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
Лыжная подготовка 15ч								
58	1.02		<i>Урок повторения предметных знаний</i>	<i>(Переноска и надевание лыж)</i> ТБ на уроках лыжной подготовки. Переноска и надевание лыж. Игра: «Знак качества»		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Знание техники безопасности. Демонстрация умений переноски и одевания лыж.
59	6.02		<i>Урок повторения предметных знаний</i>	<i>(Передвижение на лыжах)</i> Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах. Прохождение дистанции 1000 м.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
60	8.02		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
61	9.02		<i>Комбинированный урок</i>	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1000м. Освоение техники лыжных ходов.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
62	13.02		<i>Контрольный урок</i>	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1500м. Освоение техники лыжных ходов.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом на дистанции 1500м без учета

								времени.
63	15.02		<i>Комбинированный урок</i>	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000м.		– <i>выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль	: Техника скольжения одновременного 2х шажным ходом.
64	16.02		<i>Комбинированный урок</i>	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000 м.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения одновременного 2х шажным ходом.
65	20.02		<i>Комбинированный урок</i>	<i>(Повороты)</i> Совершенствование техники поворота переступанием. Лыжная гонка.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника поворота переступанием.
66	22.02		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Спуски и подъемы)</i> Ознакомление техникой спусков в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 300 м.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника спуска в высокой и низкой стойке.
67	27.02		<i>Комбинированный урок</i>	Ознакомление техникой спусков в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 300 м.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника спуска в высокой и низкой стойке.
68	1.03		<i>Комбинированный урок</i>	Ознакомление с техникой подъема «Лесенкой». Игра: «Попади снежком в цель».		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема лесенкой.
69	2.03		<i>Комбинированный урок</i>	Совершенствование техники подъема «Лесенкой». Игра «Быстрый лыжник».		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема лесенкой.
70	6.03		<i>Комбинированный урок</i>	Освоение техникой подъема «Елочкой». Лыжная гонка на дистанции 1000 м.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема елочкой.
71	9.03		<i>Комбинированный урок</i>	Освоение техникой подъема «Елочкой».		<i>Выполнять</i>	Текущий	Техника

				«Быстрый лыжник», «Кто быстрее». Прохождение дистанции.		<i>передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	контроль:	подъема елочкой.
72	13.03		<i>Контрольный урок</i>	Прохождение дистанции 1500м. Техника выполнения подъемов.		<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический контроль:	Техника подъема елочкой.
Подвижные и спортивные игры. -31ч На основе баскетбола- 10ч								
73	15.03		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Ведение мяча)</i> ОРУ с мячами. Специально-беговые упражнения. Ведение мяча с изменением направления вправо, влево, с ускорением.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
74	16.03		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ с мячами. Специально-беговые упражнения. Ведение мяча с изменением направления вправо, влево, с ускорением	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника ведения мяча с изменением направления.
75	3 чет. 29.03		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ с мячами. Ведение мяча на месте, в движение с различной скоростью и направлением. Гонка мячей. «Подвижная цель».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
76	30.03		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа с баскетбольными мячами в парах, ведение мяча в низкой, средней стойках.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника ведения мяча в средней и низкой стойке.

77	3.04		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ. Ведение мяча на месте, правой, левой рукой с различной высотой отскока. Гонка мячей.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Тематический контроль:	Техника ведения мяча левой и правой рукой.
78	5.04		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Бросок по кольцу) ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Игры: Гонка мячей. «Подвижная цель».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
79	6.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Игры: Гонка мячей. «Народный мяч».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
80	10.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Игры: Гонка мячей. «Подвижная цель».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
81	12.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Игры: Гонка мячей. «Подвижная цель».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
82	13.04		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Игры: Гонка мячей. «Подвижная цель».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Тематический контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди на результат.
<i>Подвижные и спортивные игры.</i>								

На основе футбола- 10ч

83	17.04		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча) ОРУ. Удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча. Игра в футбол.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
84	19.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Работа в парах. Ведение мяча. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
85	20.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Специально-беговые упражнения. Удары по воротам с правой и левой стороны. Ведение мяча.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
86	24.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Техника удара по неподвижному мячу в ворота на результат.	Текущий контроль:
87	26.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
88	27.04		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.

89	3.05		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
90	4.05		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	ОРУ в движении. Соревнования по футболу.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
91	8.05		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра по упрощённым правилам.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
92	9.05		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра по упрощённым правилам.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
Подвижные и спортивные игры. На основе волейбола- 11ч								
93	10.05		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча)</i> ОРУ в движении. Работа в парах. Ознакомление с техникой приема и передачи мяча. Упражнения в имитации передачи мяча двумя сверху на месте и после передвижения. Игра «Точно водящему».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника имитации приема и передачи мяча.
94	11.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах. Ознакомление с техникой приема и передачи мяча. Подбрасывание мяча, с последующей ловлей, а затем, имитируя передачу, бросают его партнеру. Игра «Точно водящему», «День и	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной		Текущий контроль:	Техника имитации приема и передачи мяча.

				ночь»,	функциональной направленности.			
95	15.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Нижняя прямая подача. Игра: «Обстрел чужого поля», «Охотники и утки»,	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника передачи мяча после собственного подбрасывания.
96	17.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку. Игра: «Обстрел чужого поля», «Охотники и утки».	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.		Текущий контроль:	Техника подачи мяча в стену.
97	18.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача через сетку. Игры с бросками и ловлей через сетку.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника подачи мяча через сетку
98	22.05		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, подача мяча с 3-5 метров. Имитация приема мяча на месте, с выпадами в стороны, после передвижения шагом и бегом, остановок шагом и бегом. Игры с бросками и ловлей через сетку.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль:	Техника подачи мяча через сетку с 3 метров.
99	24.05		<i>Контрольный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча наброшенного партнером. Игры с бросками и ловлей через сетку.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль:	Техника подачи мяча через сетку с 3 метров.
100	25.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча, наброшенного партнером. Игры с бросками и ловлей через сетку	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.

					направленности.			
101	29.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча наброшенного партнером. . Игры с бросками и ловлей через сетку	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.
102	31.05		<i>Комбинированный урок</i>	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча наброшенного партнером. . Игры с бросками и ловлей через сетку	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.

Фонд оценочных средств для 2го класса

	<i>Тема</i>	<i>Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделу « выпускник научится»</i>		<i>Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделам «выпускник получит возможность научиться»</i>	
1	<p>Знания о физической культуре:</p> <p>Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.</p>	<p>Раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.</p>	<p>Письменные ответы на вопросы раскрывающие значения физической культуры.</p>	<p><i>Планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности.</i></p>	<p><i>Практическая работа по составлению режим дня.</i></p>
2	<p>Особенности физической культуры разных народов.</p>	<p>Раскрывать на примерах особенности физической культуры народов Севера.</p>	<p>Письменные ответы на вопросы раскрывающие значения физической культуры народов Севера.</p>	<p><i>Национальные виды спорта народов Севера.</i></p>	<p><i>Ответы на тестовые задания.</i></p>
3	<p>Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.</p>	<p>Раскрывать на примерах взаимосвязь физической подготовки с развитием основных физических качеств.</p>	<p>Письменные ответы на вопросы раскрывающие взаимосвязь физической подготовки с развитием основных физических качеств.</p>		
1	<p>Способы физкультурной деятельности:</p> <p>Выполнение простейших закаливающих процедур, комплексов упражнений для формирования правильной осанки и</p>	<p>Организовывать и проводить простейшие комплексы для формирования правильной осанки.</p>	<p>Демонстрация умений.</p>	<p><i>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.</i></p>	<p><i>Оценка ведения тетради по ФК.</i></p>

	развития мышц туловища, проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).									
2	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений				<i>Вести тетрадь по физической культуре с записями результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности</i>			<i>Оценка ведения тетради по ФК</i>		
3	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении.	Демонстрация умений							
1	Тестовые нормативы по физической подготовке.	Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.	№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
					Мальчики			Девочки		
					3	4	5	3	4	5
			1.	Челночный бег 3x10 м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
				бег на 30 м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
			2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
			3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
				Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	7	9	17	4	5	11
			4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцам и рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	115	120	140	110	115	135			
6	Метание теннисного	2	3	4	2	3	4			

			мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз)							
		7	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Без учета времени	Без учета времени					

Время на выполнение домашних заданий.

Класс	1класс	2класс	3класс	4йкласс
Итого	Не предусмотрено	Не менее 5 раз в неделю по 20 минут	Не менее 5 раз в неделю по 30 минут	Не менее 5 раз в неделю по 40 минут

Материально-техническое, учебно-методическое, информационное обеспечение

1.Основная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Примерная программа по учебным предметам «Стандарты второго поколения».	А.М. Кондаков, академик РАО Л.П. Кезина.	Москва «Просвещение»	2010г.

Оборудование и инвентарь для реализации образовательной программы

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Антенна для волейбола	2
2.	Бадминтон	10
3.	Весы напольные	2
4.	Волан для бадминтона	10
5.	Граната для метания – 0,5 кг	5
6.	Граната для метания – 0,7 кг	5
7.	Иглы для мячей авт.	10

8.	Канат для перетягивания	2
9.	Коврик для аэробики	20
10.	Мяч гандбол	5
11.	Нагрудные номера	60
12.	Насос механический	1
13.	Перчатки вратарские взрослые	2
14.	Степ-платформ а	30
15.	КОНУС сигнальный	50
16.	Устройство для поднятия флагов	1
Баскетбол		
17.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	40
18.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	50
19.	Сетка баскетбольная – белая	20
20.	Сетка баскетбольная – трёхцветная	20
21.	Стойка баскетбольная профессиональная	2
22.	Навесное баскетбольное кольцо	5
23.	Форма баскетбольная.	24
Волейбол		
24.	Мяч волейбольный "Gala" (Чехия)	15
25.	Мяч футбольный	20
26.	Сетка волейбольная	6
27.	Стойки волейбольные	1
28.	Судейская вышка	2
29.	Форма волейбольная, короткий рукав	24
Гимнастика, легкая атлетика		
30.	Барьер легкоатлетический с регулируемой высотой 5 уровневые. 762-1067 мм	5
31.	Граната для метания – 0,5 кг	10
32.	Граната для метания – 0,7 кг	10
33.	Коврик гимнастический	30
34.	Комплект гантелей - разборные (2, 4, 6кг)	2
35.	Корпус бревна гимнастического	2
36.	Мячи для метания в цель	40
37.	Обруч гимнастический	50
38.	Палочка гимнастическая	30
39.	Планки для прыжков в высоту	6
40.	Рулетка	6

41.	Секундомер электрический	3
42.	Секундомер механический	6
43.	Скакалка	30
44.	Скамейка гимнастическая Серия SportLife.	30
45.	Станок стартовый школьный, комплект	1
46.	Шведская стенка Серия SportLife	1
47.	Стойка универсальная (Предназначена для игры в волейбол, бадминтон, теннис.)	4
48.	Стойка для прыжков в высоту металлическая с шестом. СИ-SL Серия 1 Sport Life	2
49.	Тренажер для обучения бегу	1
50.	Тренажер для обучения прыжкам	1
51.	Тренажер для обучения метанию	2
52.	Турник для крепления к шведской стенке Т-SL Серия SportLife .	6
53.	Цель для метания	4
54.	Шагомер	1
55.	Электромегатон	2
56.	Эстафетная палочка	10
Игры		
57.	Дартс. Комплект	6
58.	Устройство для установки стойки для обводки, комплект	4
59.	Флажки для разметки дистанций, комплект	4
60.	Эспандеры	50
61.	Приспособления и устройства для бега в зале	1
62.	Дуги для подлезания	1
63.	Медицинбол, 1 кг	10
64.	Медицинбол, 2 кг	10
65.	Медицинбол, 3 кг	10
66.	Медицинбол, 15 кг	10
67.	Цели подвижные	6
68.	Цели устанавливаемые	4
69.	Щиты-отражатели ударов мяча	4
Футбол		
70.	Ворота для мини-футбола	2
71.	Компрессор для надувания мячей	2
72.	Мяч футбольный, размер №5	10
73.	Мяч футбольный, размер №4	20
74.	Мяч футбольный "Select". Размер № 4	10
75.	Мяч футбольный, Размер № 4	20

76.	Насос универсальный с иглой для мячей	4
77.	Сетка на футбольные ворота	2
78.	Щитки ф/б отечественные.	20
79.	Форма футбольная, короткий рукав	22
80.	Форма вратаря	1
81.	Стойка для крепления низкая	8
82.	Стойка для крепления средняя	8
83.	Стойка для крепления высокая	8
84.	Стаканы для крепления	30
Оборудование для контроля и оценки действий		
85.	Динамометр кистевой	15
86.	Свисток судейский	12
87.	Свисток игровой	12
88.	Табло информационное	1
89.	Метроном механический	2
90.	Часы Настенные. Электронные.	1
91.	Устройство-показатель счета движения	2
92.	Пьедестал	1
93.	Степ-платформа для аэробики	30
Оборудование для занятий зимними видами спорта		
94.	Лыжи подростковые и палки лыжные.	250
95.	Ботинки лыжные и крепление.	250
96.	Стеллажи	2
97.	Стеллажи для хранения лыжного инвентаря	2
98.	Стеллажи для хранения лыжной обуви	2
99.	Стеллажи для хранения обуви с коньками	1
100.	Скамейки для раздевалок	8

					учебной программе (инвариантное содержание).	результатам, которым учащиеся «получат возможность научиться»	текущего и тематического, промежуточной аттестации согласно теме, указанной в графе 3 КТП)	е результаты освоения учебного предмета
Знания о физической культуре 3 часа								
1			Урок первичного предъявления новых знаний	<i>(Физическая культура)</i> Виды физических упражнений	Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.	Ориентироваться в понятии «физическая подготовка	Текущий контроль:	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической и физической подготовки человека.
2			Урок первичного предъявления новых знаний	<i>(История физической культуры)</i> Зарождение физической культуры	Взаимосвязь физической культуры с природными, географическими особенностями, традициями и обычаями народа.		Текущий контроль:	Изложения фактов истории развития физической культуры, характеристика ее роли и значения в жизнедеятельности человека.
3			Урок первичного предъявления новых знаний	<i>(Физические упражнения)</i> Представление о физических упражнениях. Комплексах упражнений	Характеристика основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости и равновесия.	характеризовать основные физические качества (силу,	Текущий контроль:	Представление физической культуры как средства

						быстроту,		укрепления здоровья, физического развития и физической и физической подготовки человека.
Способы физкультурной деятельности								
4			Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями	<i>(Самостоятельные занятия.)</i> Комплексы упражнений для развития физических качеств	Комплексы упражнений для развития развития основных физических качеств.	<i>Планировать и корректировать режим дня с учётом показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности</i>	Текущий контроль:	Понимать необходимость развития основных физических качеств
5			<i>Интегрированный урок</i>	<i>(Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью)</i> Измерение показателей физического развития	Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	вести систематические наблюдения за динамикой показателей	Текущий контроль:	Наблюдать за своим развитием двигательных качеств.
6			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	<i>(Самостоятельные игры и развлечения)</i> Подвижные игры с элементами спортивных игр	Организация и проведения подвижных игр (в спортивном зале).	Организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом	Текущий контроль:	Уметь выполнять игры во время самостоятельных занятий
Физическое совершенствование								
7			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Физкультурно-оздоровительная деятельность)</i> Комплексы упражнений на развитие физических качеств (быстроты).	Комплекс дыхательной гимнастики. ОРУ. Упражнения без предметов, с предметами (мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи). Подвижные игры	<i>Выполнять индивидуальные</i>	Текущий контроль:	Умения демонстрировать упражнения для развития

								быстроты
8			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки	ОРУ. Упражнения без предметов, с предметами (мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи). Подвижные игры	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий контроль:	Умения демонстрации комплекса упражнений по профилактике и коррекции осанки.
9			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплекс физических упражнений на развитие физических качеств	ОРУ. Развитие физических качеств; скоростные, скоростно-силовые, координационные, гибкости и силы. Подвижные игры, эстафеты	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий контроль:	Умения демонстрировать упражнения для развития гибкости и силы

Спортивно-оздоровительная деятельность

Лёгкая атлетика 18ч + 3ч. Общеразвивающие упражнения на материале легкой атлетике + 3 часа подвижных игр на основе легкой атлетике.

10			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Ходьба с изменением длины и частоты шагов.	ОРУ со скакалками, специально беговые упражнения. Круговая эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения (бег);	Текущий контроль:	Техника исполнения беговых упражнений
11			<i>Комбинированный урок</i>	Бег с заданным темпом и скоростью.	ОРУ со скакалками, прыжки на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением, с ускорением. Веселые старты.	Выполнять легкоатлетические упражнения (бег);	Текущий контроль:	Техника исполнения бега с изменением направления движений.
12			<i>Комбинированный урок</i>	Встречная эстафета.	ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с ускорением. Эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения (бег);	Текущий контроль:	Техника исполнения бега из положения лежа.
13			<i>Контрольный урок</i>	Линейная эстафета	ОРУ на развитие прыгучести. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с ускорениями.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической</i>	Тематический контроль:	Тестирование координационных

						<i>подготовке.</i>		способносте й в беге 3x10.
14			<i>Контрольный урок</i>	Бег на скорость в заданном коридоре	ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с последующим ускорением на различные дистанции.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	\ Тематический контроль:	Техника бега с высокого старта.
15			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Прыжки в длину по заданным ориентирам	ОРУ. Разновидности прыжков: на одной ноге и двух ногах, выпрыгивание, многоскоки.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжков на одной и 2х ногах.
16			<i>Комбинированный урок</i>	Тройной прыжок с места	ОРУ со скакалками. Прыжки на одной, на двух ногах, с изменением направления.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:.	Техника исполнения прыжков с изменением направления
17			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжок в длину с места	ОРУ. Разновидности прыжков на месте и в движении. Прыжок в длину с места. Эстафеты.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжков с запрыгиванием и спрыгиванием.
18			<i>Контрольный урок</i>	Прыжок в длину с разбега	ОРУ. Разновидности прыжков. Развитие прыгучести. Повторение техники прыжка в длину с разбега.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование скоростно-силовых качеств в прыжке в длину с места.
19			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжок в длину с 5 шагов разбега.	ОРУ. Развитие прыгучести. Прыжок в длину с разбега с 5 шагов.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка в длину с разбега
20			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжок в длину с 5 шагов	ОРУ. Развитие прыгучести. Прыжок в	<i>Выполнять</i>	Текущий	Техника

				разбега.	длину с разбега с 5 шагов.	<i>тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	контроль:	исполнения прыжка в длину с разбега
21			<i>Контрольный урок</i>	Прыжки со скакалкой.	ОРУ со скакалками. Развитие прыгучести, разновидности прыжков на скакалке.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Техника прыжка в длину с разбега на результат.
22			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Метание малого мяча в цель.	<i>(Метание)</i> Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
23			<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча в цель.	Ору с малыми мячами. : Метание малого мяча в вертикальную цель Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
24			<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча в цель.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
25			<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча на дальность.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
26			<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча на дальность.	Ору с малыми мячами Метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
27			<i>Контрольный урок</i>	Метание малого мяча на дальность.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча на дальность. Развитие	<i>Выполнять тестовые</i>	Тематический	Тестирование метание

					выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>нормативы по физической подготовке.</i>	контроль:	мяча в цель на результат
28			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Броски: большого мяча.	ОРУ на развитие силы. Броски большого мяча из положения стоя на дальность, весом (1 кг).	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.
29			<i>Комбинированный урок</i>	Броски: большого мяча из положения сидя.	ОРУ на развитие силы. Броски большого мяча из положения сидя на дальность (1кг). Веселые старты.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.
30			<i>Контрольный урок</i>	Броски: большого мяча из положения сидя.	ОРУ на развитие силы. Броски большого мяча из положения сидя на дальность (1кг). Веселые старты.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование: Бросок мяча на дальность
Подвижные игры на основе легкой атлетике: 3ч								
31			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игровые задания на материале легкой атлетике: прыжки.	ОРУ на развитие прыгучести. «Прыжки по кочкам», «Построимся», «Кто быстрее встанет в круг» Развитие быстроты.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
32			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игровые задания на материале легкой атлетике: бег.	ОРУ с мячами. «Волк во рву», «Лягушата и цапля». «У ребят порядок строгий». Развитие быстроты, внимания.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
33			<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игровые задания на материале легкой атлетике: броски.	ОРУ с мячами. «Волк во рву», «Метко в цель», «У ребят порядок строгий». Развитие быстроты, внимания.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной	Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.

						функциональной направленности		
Гимнастика с основами акробатики 17ч +4ч.Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики. 3ч Подвижные игра на основе гимнастики								
34			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения)</i> Строевые действия в шеренге и колонне.	ТБ на уроках физической культуры. ОРУ в движении. Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. Перестроение и 1 колонны в 4 в движении. Веселые старты	Выполнять организующие строевые команды и приёмы;	Текущий контроль:	Демонстрация техники строевых упражнений
35			<i>Комбинированный урок</i>	Строевые действия Кувырок вперед, кувырок назад	Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. ОРУ на развитие гибкости. Совершенствование техники кувырка в группировке. Развитие координационных способностей	Выполнять организующие строевые команды и приёмы;	Текущий контроль:	Демонстрация техники строевых упражнений
36			<i>Комбинированный урок</i>	Строевые действия Стойка на лопатках	Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Совершенствование техники стойки на лопатках, ноги согнутые. Оценка техники выполнения сед углом.	Выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);	Текущий контроль:	Техника исполнения седа углом.
37			<i>Комбинированный урок</i>	Кувырок вперед и назад	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед	Выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);	Текущий контроль:	Техника исполнения стойки на лопатках.
38			<i>Контрольный урок</i>	Гимнастический мост	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Перекаты. Повторение кувырков вперед и назад. Совершенствование техники гимнастический мост из положения лежа	Выполнять акробатические упражнения (кувырки, стойки, перекаты);	Тематический контроль:	Техника исполнения кувырка вперед и назад.
39			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков,</i>	<i>(Акробатическая комбинация)</i> Мост из положения лежа	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение,	<i>Выполнять эстетически красиво</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения акробатичес

			<i>овладения предметными умениями</i>	на спине.	переворот в положение лежа на животе.	<i>гимнастические и акробатические комбинации.</i>		ких упражнений .
40			<i>Комбинированный урок</i>	Мост из положения лежа на спине, переворот в положение лежа на живот	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений .
41			<i>Комбинированный урок</i>	Прыжок с опорой на руки в упор присев	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений .
42			<i>Комбинированный урок</i>	Кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев. Гимнастическая полоса препятствий	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений .
43			<i>Комбинированный урок</i>	Из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений .

44			<i>Комбинированный урок</i>	Из упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений
45			<i>Комбинированный урок</i>	Из упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений
46			<i>Контрольный урок</i>	Из упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Тематический контроль:	Техника эстетического выполнения самостоятельно составленных из ранее изученных акробатических упражнений
47			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Гимнастические упражнения прикладного характера)</i> Передвижение по гимнастической стенке	ОРУ в движении, развитие гибкости. Передвижение по гимнастической стенке на различную высоту. Совершенствование техники лазания по канату	Выполнять упражнения прикладного характера.	Текущий контроль:	Техника исполнения передвижения по гимнастической стенке и лазания по канату.
48			<i>Комбинированный урок</i>	Преодоление полосы препятствий с элементами лазания	ОРУ на развитие гибкости. Лазание по скамейке, по бревну. Гимнастическая полоса препятствий: лазание по мату	Выполнять упражнения прикладного	Текущий контроль: Техника	

					ползком на животе, на спине, лазание по кочкам	характера.	исполнения преодоления препятствий ползком на животе и спине.	
49			<i>Комбинированный урок</i>	Преодоление полосы препятствий с элементами переползаниями.	ОРУ на развитие гибкости. Преодоление полосы препятствий: лазание по гимнастической стенке, переползание через большие и малые кубики	Выполнять упражнения прикладного характера.	Текущий контроль:	Техника исполнения преодоления препятствий с перелезанием через большие и малые кубики.
50			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Упражнения на низкой гимнастической перекладине) Висы на перекладине	. ОРУ в движении Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. Гимнастическая полоса препятствий.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:	Техника исполнения виса стоя и виса завесом одной ногой.
51			<i>Комбинированный урок</i>	Висы на перекладине	ОРУ в движении. Вис завесом одной и двумя ногами на перекладине. Гимнастическая полоса препятствий.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:	Техника исполнения виса стоя сзади и прогнувшись.
52			<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	(Гимнастическая комбинация на низкой перекладине) Комбинация упражнений на перекладине	Ору на развитие гибкости. Из виса стоя присев толчком двумя ногами вис завесом двумя ногами на перекладине опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации
53			<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Комбинация упражнений на перекладине	Ору на развитие гибкости. Из виса стоя присев толчком двумя ногами вис завесом двумя ногами на перекладине опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации
54			<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Комбинация упражнений на перекладине	Ору на развитие гибкости. Из виса стоя присев толчком двумя ногами вис завесом двумя ногами на пе-	Выполнять гимнастические упражнения на	Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации

					рекладинеопускание назад в вис стоя.	спортивных снарядах		на низкой перекладине
Подвижные игры на основе гимнастики 3ч								
55			Урок повторения предметных умений	Игра: «Класс, смирно!», «Кто быстрее встанет в круг?»	ОРУ. «Класс, смирно!», «Кто быстрее встанет в круг?», «Построимся». Изучение правил и условия проведения подвижных игр	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
56			Урок повторения предметных умений	Игра: «Правильно-неправильно», «Двенадцать палочек», «Быстро шагай»	ОРУ. «Правильно-неправильно», «Двенадцать палочек», «Быстро шагай». Развитие внимание, умение выполнять технические действия в подвижных играх	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
57			Урок повторения предметных умений эжд	Игра: «Правильно-неправильно», «Двенадцать палочек», «Быстро шагай»	ОРУ. «Правильно-неправильно», «Двенадцать палочек», «Быстро шагай». Развитие внимание, умение выполнять технические действия в подвижных играх	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
Лыжная подготовка 15ч								
58			Урок повторения предметных знаний	(Переноска и надевание лыж) Переноска и надевание лыж.	ТБ на уроках лыжной подготовки. Переноска и надевание лыж. Игра: «Знак качества»	Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).	Текущий контроль:	Знание техники безопасности. Демонстрация умений переноски и одевания лыж.
59			Урок повторения предметных знаний	(Передвижение на лыжах) Попеременный двухшажный ход без палок.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах. Прохождение дистанции 1000 м	Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).	Текущий контроль	Техника скольжения попеременн о 2х шажным ходом.
60			Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями	Попеременный двухшажный ход без палок на дистанции 1000 м	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах	Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).	Текущий контроль	Техника скольжения попеременн о 2х шажным ходом.

61			<i>Комбинированный урок</i>	Попеременный двухшажный ход с палками.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1000м. Освоение техники лыжных ходов.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
62			<i>Контрольный урок</i>	Попеременный двухшажный ход с палками на дистанции 1500м.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1500м. Освоение техники лыжных ходов.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический контроль	: Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом на дистанции 1500м без учета времени.
63			<i>Комбинированный урок</i>	Одновременный двухшажный ход.	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000м.	<i>– выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	одновременный 2х шажным ходом.
64			<i>Комбинированный урок</i>	Одновременный двухшажный ход.	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000 м.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Техника скольжения	Текущий контроль: Техника скольжения одновременно 2х шажным ходом.
65			<i>Комбинированный урок</i>	<i>(Повороты)</i> Поворот: «переступанием».	Совершенствование техники поворота переступанием. Лыжная гонка.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника поворота переступанием.
66			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Спуски и подъемы)</i> Спуски в высокой стойке	Ознакомление техникой спусков в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 300 м	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника спуска в высокой и низкой стойке.
67			<i>Комбинированный урок</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках	Ознакомление техникой спусков в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 400 м.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов)</i>	Текущий контроль:	Техника спуска в высокой и низкой

						<i>России).</i>		стойке.
68			<i>Комбинированный урок</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках	Ознакомление с техникой подъема «Лесенкой». Игра: «Попади снежком в цель».	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема лесенкой.
69			<i>Комбинированный урок</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках	Совершенствование техники подъема «Лесенкой». Игра «Быстрый лыжник».	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема лесенкой.
70			<i>Комбинированный урок</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках	Освоение техникой подъема «Елочкой». Лыжная гонка на дистанции 1000 м.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема елочкой.
71			<i>Комбинированный урок</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках	Освоение техникой подъема «Елочкой». «Быстрый лыжник», «Кто быстрее». Прохождение дистанции.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема елочкой.
72			<i>Контрольный урок</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции	Прохождение дистанции 1500м. Техника выполнения подъемов.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический	контроль: Техника подъема елочкой
Подвижные и спортивные игры. -31ч На основе баскетбола- 10ч								
73			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Ведение мяча)</i> Ведение мяча с изменением направления	ОРУ с мячами. Специально-беговые упражнения. Ведение мяча с изменением направления вправо, влево, с ускорением.	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
74			<i>Комбинированный урок</i>	Ведение мяча с изменением направления	ОРУ с мячами. Специально-беговые упражнения. Ведение мяча с изменением направления вправо, влево, с ускорением	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
75			<i>Комбинированный урок</i>	Ведение мяча на месте, в движении	ОРУ с мячами. Ведение мяча на месте, в движение с различной скоростью и направлением. Гонка	<i>Играть в баскетбол,</i>	Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с

					мячей. «Подвижная цель».	<i>правилам</i>		изменением направления
76			<i>Комбинированный урок</i>	. Ведение мяча на месте, в движение с изменением стоек	ОРУ в движении. Работа с баскетбольными мячами в парах, ведение мяча в низкой, средней стойках	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча в средней и низкой стойке.
77			<i>Контрольный урок</i>	Ведение мяча с изменением высоты отскока	ОРУ. Ведение мяча на месте, в движение, правой, левой рукой с различной высотой отскока. Гонка мячей.	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Тематический	контроль: Техника ведения мяча левой и правой рукой.
78			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Бросок по кольцу) Бросок по кольцу, передача мяча	. ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
79			<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
80			<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
81			<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол».	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
82			<i>Контрольный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол	<i>Играть в баскетбол, правилам</i>	Тематический контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди на результат.

**Подвижные и спортивные игры.
На основе футбола- 10ч**

83			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Удар по неподвижному мячу; ведение мяча	ОРУ. Удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
84			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча	. ОРУ. Работа в парах. Ведение мяча. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
85			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча	. ОРУ. Специально-беговые упражнения. Удары по воротам с правой и левой стороны. Ведение мяча.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
86			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча	. ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника удара по неподвижному мячу в ворота на результат.
87			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча	. ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
88			<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
89			<i>Контрольный урок</i>	Удар по неподвижному мячу; остановка мяча; ведение мяча	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Ведение мяча Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
90			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	ОРУ в движении. Соревнования по футболу.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым

								м правилам.
91			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощенным правилам.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
92			<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощенным правилам.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам
<i>Подвижные и спортивные игры. На основе волейбола- 11ч</i>								
93			<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча)</i> Прием и передача мяча	ОРУ в движении. Работа в парах. Ознакомление с техникой приема и передачи мяча.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника имитации приема и передачи мяча.
94			<i>Комбинированный урок</i>	Нижняя прямая подача Прием и передача мяча	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника имитации приема и передачи мяча.
95			<i>Комбинированный урок</i>	Нижняя прямая подача Прием и передача мяча	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:.	Техника передачи мяча после собственного подбрасывания
96			<i>Комбинированный урок</i>	Нижняя прямая подача на стенку.	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку. Игра: «Обстрел чужого поля», «Охотники и утки».	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника подачи мяча в стену.
97			<i>Комбинированный урок</i>	Нижняя прямая подача	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача через сетку. Игры с бросками и ловлей через сетку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника подачи мяча через сетку.
98			<i>Контрольный урок</i>	Работа в парах, подача мяча с 3-5 метров. Имитация приема мяча на месте	ОРУ в движении. Работа в парах, подача мяча с 3-5 метров. Имитация приема мяча на месте, с выпадами в стороны, после передвижения шагом	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический	контроль: Техника подачи мяча через сетку

					и бегом, остановок шагом и бегом. Игры с бросками и ловлей через сетку.			с 3 метров.
99			<i>Контрольный урок</i>	Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча брошенного партнером. Игры с бросками и ловлей через сетку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль: .	Техника подачи мяча через сетку с 3 метров
100			<i>Комбинированный урок</i>	Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча, брошенного партнером. Игры с бросками и ловлей через сетку	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.
101			<i>Комбинированный урок</i>	Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча брошенного партнером	. ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча брошенного партнером. . Игры с бросками и ловлей через сетку	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.
102			<i>Комбинированный урок</i>	Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча брошенного партнером.	ОРУ в движении. Работа в парах, передачи мяча в парах после собственного набрасывания. Подача мяча с 3-5 метров. Прием мяча брошенного партнером. . Игры с бросками и ловлей через сетку	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.

Фонд оценочных средств для 3го класса

	Тема	Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделу « выпускник научится»		Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделам «выпускник получит возможность научиться»	
1	<p>Знания о физической культуре:</p> <p>Физическая культура как система разнообразных форм занятий физическими упражнениями по укреплению здоровья человека. Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, ходьба на лыжах, плавание как жизненно важные способы передвижения человека.</p>	<p>Раскрывать на примерах положительное влияние занятий физической культурой на успешное выполнение учебной и трудовой деятельности, укрепление здоровья и развитие физических качеств.</p>	<p>Письменные ответы на вопросы раскрывающие значения физической культуры.</p>	<p>Планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности.</p>	<p>Практическая работа по составлению режим дня.</p>
2	<p>Особенности физической культуры разных народов.</p>	<p>Раскрывать на примерах особенности физической культуры народов Севера.</p>	<p>Письменные ответы на вопросы раскрывающие значения физической культуры народов Севера.</p>	<p>Национальные виды спорта народов Севера.</p>	<p>Ответы на тестовые задания.</p>
3	<p>Физическая подготовка и её связь с развитием основных физических качеств.</p>	<p>Раскрывать на примерах взаимосвязь физической подготовки с развитием основных физических качеств.</p>	<p>Письменные ответы на вопросы раскрывающие взаимосвязь физической подготовки с развитием основных физических качеств.</p>		
1	<p>Способы физкультурной деятельности:</p> <p>Выполнение простейших закалывающих процедур, комплексов упражнений для</p>	<p>Организовывать и проводить простейшие комплексы для формирования правильной осанки.</p>	<p>Демонстрация умений.</p>	<p>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.</p>	<p>Оценка ведения тетради по ФК.</p>

	формирования правильной осанки и развития мышц туловища, проведение оздоровительных занятий в режиме дня (утренняя зарядка, физкультминутки).									
2	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений				<i>вести тетрадь по физической культуре с записями результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и физической подготовленности</i>			<i>Оценка ведения тетради по ФК</i>		
3	Организация и проведение подвижных игр (на спортивных площадках и в спортивных залах).	Организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении.	Демонстрация умений							
1	Тестовые нормативы по физической подготовке.	Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.	№ п/п	Виды испытаний (тесты)	Нормативы					
					Мальчики			Девочки		
					3	4	5	3	4	5
			1.	Челночный бег 3x10 м (с)	10,4	10,1	9,2	10,9	10,7	9,7
				бег на 30 м (с)	6,9	6,7	5,9	7,2	7,0	6,2
			2.	Смешанное передвижение (1 км)	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени	Без учета времени
			3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	2	3	4	-	-	-
				Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	7	9	17	4	5	11
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	Касание пола пальцам и рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Касание пола пальцами рук	Достать пол ладонями			
5	Прыжок в длину с места толчком двумя	115	120	140	110	115	135			

			ногами (см)						
		6	Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз)	2	3	4	2	3	4
		7	Бег на лыжах на 2 км (мин, с)	Без учета времени					

Время на выполнение домашних заданий.

Класс	1класс	2класс	3класс	4йкласс
Итого	Не предусмотрено	Не менее 5 раз в неделю по 20 минут	Не менее 5 раз в неделю по 30 минут	Не менее 5 раз в неделю по 40 минут

Материально-техническое, учебно-методическое, информационное обеспечение

1.Основная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Примерная программа по учебным предметам «Стандарты второго поколения».	А.М. Кондаков, академик РАО Л.П. Кезина.	Москва «Просвещение»	2010г.

2.Дополнительная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Физическая культура в школе.	Ю.А. Янсон.	Изд. 2-е,	2009г.
2	Настольная книга учителя физической культуры.	Б.И. Мишин.	«Издательство Астрель»	2003г.
3	Энциклопедия физических упражнений.	Е. Талага.	«Физкультура и спорт»	1998г.

Оборудование и инвентарь для реализации образовательной программы

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Антенна для волейбола	2
2.	Бадминтон	10
3.	Весы напольные	2
4.	Волан для бадминтона	10
5.	Граната для метания – 0,5 кг	5
6.	Граната для метания – 0,7 кг	5
7.	Иглы для мячей авт.	10
8.	Канат для перетягивания	2
9.	Коврик для аэробики	20
10.	Мяч гандбол	5
11.	Нагрудные номера	60
12.	Насос механический	1
13.	Перчатки вратарские взрослые	2
14.	Степ-платформ а	30
15.	КОНУС сигнальный	50
16.	Устройство для поднятия флагов	1
Баскетбол		
17.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	40
18.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	50
19.	Сетка баскетбольная – белая	20
20.	Сетка баскетбольная – трёхцветная	20
21.	Стойка баскетбольная профессиональная	2
22.	Навесное баскетбольное кольцо	5
23.	Форма баскетбольная.	24
Волейбол		
24.	Мяч волейбольный "Gala" (Чехия)	15
25.	Мяч футбольный	20
26.	Сетка волейбольная	6
27.	Стойки волейбольные	1
28.	Судейская вышка	2
29.	Форма волейбольная, короткий рукав	24
Гимнастика, легкая атлетика		
30.	Барьер легкоатлетический с регулируемой высотой 5 уровневые. 762-1067 мм	5

31.	Граната для метания – 0,5 кг	10
32.	Граната для метания – 0,7 кг	10
33.	Коврик гимнастический	30
34.	Комплект гантелей - разборные (2, 4, 6кг)	2
35.	Корпус бревна гимнастического	2
36.	Мячи для метания в цель	40
37.	Обруч гимнастический	50
38.	Палочка гимнастическая	30
39.	Планки для прыжков в высоту	6
40.	Рулетка	6
41.	Секундомер электрический	3
42.	Секундомер механический	6
43.	Скакалка	30
44.	Скамейка гимнастическая Серия SportLife.	30
45.	Станок стартовый школьный, комплект	1
46.	Шведская стенка Серия SportLife	1
47.	Стойка универсальная (Предназначена для игры в волейбол, бадминтон, теннис.)	4
48.	Стойка для прыжков в высоту металлическая с шестом. СП-SL Серия 1 Sport Life	2
49.	Тренажер для обучения бегу	1
50.	Тренажер для обучения прыжкам	1
51.	Тренажер для обучения метанию	2
52.	Турник для крепления к шведской стенке T-SL Серия SportLife .	6
53.	Цель для метания	4
54.	Шагомер	1
55.	Электромегатон	2
56.	Эстафетная палочка	10
Игры		
57.	Дартс. Комплект	6
58.	Устройство для установки стойки для обводки, комплект	4
59.	Флажки для разметки дистанций, комплект	4
60.	Эспандеры	50
61.	Приспособления и устройства для бега в зале	1
62.	Дуги для подлезания	1
63.	Медицинбол, 1 кг	10
64.	Медицинбол, 2 кг	10
65.	Медицинбол, 3 кг	10
66.	Медицинбол, 15 кг	10

67.	Цели подвижные	6
68.	Цели устанавливаемые	4
69.	Щиты-отражатели ударов мяча	4
Футбол		
70.	Ворота для мини-футбола	2
71.	Компрессор для надувания мячей	2
72.	Мяч футбольный, размер №5	10
73.	Мяч футбольный, размер №4	20
74.	Мяч футбольный "Select". Размер № 4	10
75.	Мяч футбольный, Размер № 4	20
76.	Насос универсальный с иглой для мячей	4
77.	Сетка на футбольные ворота	2
78.	Щитки ф/б отечественные.	20
79.	Форма футбольная, короткий рукав	22
80.	Форма вратаря	1
81.	Стойка для крепления низкая	8
82.	Стойка для крепления средняя	8
83.	Стойка для крепления высокая	8
84.	Стаканы для крепления	30
Оборудование для контроля и оценки действий		
85.	Динамометр кистевой	15
86.	Свисток судейский	12
87.	Свисток игровой	12
88.	Табло информационное	1
89.	Метроном механический	2
90.	Часы Настенные. Электронные.	1
91.	Устройство-показатель счета движения	2
92.	Пьедестал	1
93.	Степ-платформа для аэробики	30
Оборудование для занятий зимними видами спорта		
94.	Лыжи подростковые и палки лыжные.	250
95.	Ботинки лыжные и крепление.	250
96.	Стеллажи	2
97.	Стеллажи для хранения лыжного инвентаря	2
98.	Стеллажи для хранения лыжной обуви	2
99.	Стеллажи для хранения обуви с коньками	1
100.	Скамейки для раздевалок	8

							указанной в графе 3 КТП)	
Знания о физической культуре 3 часа								
1	1 чет. 1.09.17		<i>Урок первичного предъявления новых знаний</i>	<i>(Физическая культура)</i> Правила предупреждения травматизма	Виды травм. Значение разминки.	Характеризовать способы безопасного поведения на уроках	Текущий контроль:	Представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической и физической подготовки человека.
2	5.09.17		<i>Урок первичного предъявления новых знаний</i>	<i>(История физической культуры)</i> Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.	Особенности развития физической культуры, связанные с трудовой и военной деятельностью, зарождение физической культуры на территории Древней Руси.	<i>Выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью</i>	Текущий контроль:	Изложены факты истории развития физической культуры, характеристика ее роли и значения в жизнедеятельности человека.
3	7.09.17		<i>Урок первичного предъявления новых знаний</i>	<i>(Физические упражнения)</i> Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	Что такое физическая нагрузка, правила контроля за нагрузкой по частоте сердечных сокращений.	Характеризовать понятие «ЧСС»	Текущий контроль:	Представление физической культуры

								как средства укрепления здоровья, физического развития и физической и физической подготовки человека.
Способы физической деятельности								
4	8.09.17		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Самостоятельные занятия.)</i> Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.	Утренняя зарядка, правила ее становления и выполнения. Комплексы упражнений для развития физических качеств	Отбирать упражнения для комплексов утренней зарядки и физкультминуток; выполнять их в соответствии с изученными правилами.	Текущий контроль:	Понимать необходимость развития основных физических качеств
5	12.09		<i>Интегрированный урок</i>	<i>(Самостоятельные наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью)</i> Измерение показателей физического развития	Измерение частоты сердечных сокращений во время выполнения физических упражнений.	Измерять показатели физического развития	Текущий контроль:	Наблюдать за своим развитием двигательных качеств
6	14.09		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	<i>(Самостоятельные игры и развлечения)</i> Организация и проведение спортивных игр.	Игры и развлечения в зимнее время года. Игры и развлечения в летнее время года.	Организовывать и проводить подвижные игры и простейшие соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении	Текущий контроль:	Уметь выполнять игры во время самостоятельных занятий

						(спортивном зале и местах рекреации); соблюдать правила взаимодействия .		
Физическое совершенствование								
7	15.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Физкультурно-оздоровительная деятельность)</i> Комплексы упражнений на развитие физических качеств (быстроты).	Комплекс дыхательной гимнастики. ОРУ. Упражнения без предметов, с предметами (мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи). Подвижные игры	<i>Выполнять индивидуальные комплексы</i>	Текущий контроль:	Умения демонстрировать упражнения
8	19.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплексы физических упражнений для утренней зарядки	ОРУ. Упражнения без предметов, с предметами (мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи). Подвижные игры	<i>Сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение.</i>	Текущий контроль:	Умения демонстрации комплекса упражнений по профилактике и коррекции осанки.
9	21.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Комплекс физических упражнений на развитие физических качеств	ОРУ. Развитие физических качеств; скоростные, скоростно-силовые, координационные, гибкости и силы. Подвижные игры, эстафеты	. Измерять показатели физического развития (рост и масса тела) и физической подготовленности	Текущий контроль:	Умения демонстрировать упражнения для развития гибкости и силы
Спортивно-оздоровительная деятельность								
Лёгкая атлетика 18ч + 3ч. Общеразвивающие упражнения на материале легкой атлетике + 3 часа подвижных игр на основе легкой атлетике.								
10	22.09		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра.	ОРУ со скакалками, специально беговые упражнения. Игра «Смена сторон». Круговая эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения (бег);	Текущий контроль: .	Техника исполнения беговых упражнений
11	26.09		<i>Комбинированный урок</i>	Беговые упражнения:	ОРУ со скакалками, прыжки на одной	Выполнять	Текущий	Техника

					ноге и двух ногах на месте и с продвижением, с ускорением. Веселые старты.	легкоатлетические упражнения (бег);	контроль:.	исполнения бега с изменением направления движений
12	28.09		<i>Комбинированный урок</i>	Беговые упражнения:	ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с ускорением. Бег на скорость 30. Игра «Невод». Эстафета.	Выполнять легкоатлетические упражнения (бег);	Текущий контроль:	Техника исполнения бега из положения лежа.
13	29.09		<i>Контрольный урок</i>	Беговые упражнения: челночный бег.	ОРУ на развитие прыгучести. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с ускорениями. Бег на скорость 30. . Игра «Невод».	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование координационных способностей в беге 30м.
14	3.10		<i>Контрольный урок</i>	Беговые упражнения: высокий старт с последующим ускорением.	ОРУ в движении. Специально-беговые упражнения. Высокий старт с последующим ускорением на различные дистанции.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	\ Тематический контроль:	Тестирование координационных способностей в беге 30м.
15	5.10		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте.	ОРУ. Разновидности прыжков: на одной ноге и двух ногах, выпрыгивание, многоскоки. Прыжки в длину по заданным ориентирам. Игра «Зайцы в огороде».	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</i>	Тематический контроль:	Тестирование: прыжок в длину с места
16	6.10		<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах с продвижением.	ОРУ. Разновидности прыжков: на одной ноге и двух ногах, выпрыгивание, многоскоки. Прыжки в длину по заданным ориентирам. Игра «Зайцы в огороде».	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</i>	Текущий контроль:.	Техника исполнения прыжков с изменением направления
17	10.10		<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места.	ОРУ. Разновидности прыжков на месте и в движении. Прыжок в длину с места. Эстафеты.	<i>Выполнять тестовые нормативы по</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжков с

					<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</i>	<i>физической подготовке</i>		запрыгиванием и спрыгиванием.
18	12.10		<i>Контрольный урок</i>	Прыжковые упражнения: прыжок в длину с разбега.	ОРУ. Разновидности прыжков. Развитие прыгучести. Повторение техники прыжка в длину с разбега. Игра «Волк во рву».	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Тестирование скоростно-силовых качеств в прыжке в длину с места.
19	13.10		<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения: прыжок в длину с 5 шагов разбега.	ОРУ. Развитие прыгучести. Прыжок в длину с разбега с 5 шагов. Игра «Волк во рву».	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка в длину с разбега
20	17.10		<i>Комбинированный урок</i>	Прыжковые упражнения: спрыгивание и запрыгивание.	ОРУ. Развитие прыгучести. Спрыгивание и запрыгивание на скамейку, на степ доски.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка в длину с разбега
21	19.10		<i>Контрольный урок</i>	Прыжковые упражнения: прыжки со скакалкой.	ОРУ со скакалками. Развитие прыгучести, разновидности прыжков на скакалке.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тематический контроль:	Техника прыжка в длину с разбега на результат.
22	20.10		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Метание малого мяча в цель.	<i>(Метание)</i> Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие быстроты: повторное выполнение беговых упражнений с максимальной скоростью с высокого старта, из разных исходных положений.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.
23	24.10		<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча в цель.	Ору с малыми мячами. : Метание малого мяча в вертикальную цель Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.

24	26.10		<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча в цель.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча в вертикальную цель. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.	
25	27.10		<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча на дальность.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.	
26	31.10		<i>Комбинированный урок</i>	Метание малого мяча на дальность.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника метания малого мяча в цель.	
27	2.11		<i>Контрольный урок</i>	Метание малого мяча на дальность.	Ору с малыми мячами. Метание малого мяча на дальность. Развитие выносливости: равномерный бег в режиме умеренной интенсивности, чередующийся с ходьбой.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Тестирование	метание мяча в цель на результат	
28	3.11		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Броски: большого мяча.	ОРУ на развитие силы. Броски большого мяча из положения стоя на дальность, весом (1 кг).	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.	
29	14.11		<i>Комбинированный урок</i>	Броски: большого мяча из положения сидя.	ОРУ на развитие силы. Броски большого мяча из положения сидя на дальность (1кг). Веселые старты.	<i>Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</i>	Текущий контроль:	Техника броска большого мяча.	
30	16.11		<i>Контрольный урок</i>	Броски большого мяча из положения лежа.	ОРУ на развитие силы. Броски большого мяча из положения сидя, из положения лежа на дальность (1кг).	<i>Техника броска большого мяча.</i>	Тематический контроль:	Тестирование: Бросок мяча на дальность	
Подвижные игры на основе легкой атлетике: 3ч									
31	17.11		<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игровые задания на материале легкой атлетике:	ОРУ на развитие прыгучести. Игра «Волк во рву». . Игра «Зайцы в	Выполнять игровые действия	Текущий контроль:	Демонстрация	

				прыжками , бегом. метанием	огороде», Кто дальше бросит»Развитие быстроты.	и упражнения из подвижных игр разной функциональной направ		знаний правил игры.
32	21.11		<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игровые задания на материале легкой атлетики: бег.	ОРУ с мячами. . Игра «Невод». «Игры: «Удочка», «Кто дальше бросит», Эстафеты с бегом из различных исходных положений.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направ	Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
33	23.11		<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игровые задания на материале легкой атлетики: броски.	ОРУ с мячами. «Игры: «Удочка», «Кто дальше бросит», «Невод». Развитие скоростных качеств	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направ	Текущий контроль:	Демонстрация знаний правил игры.
Гимнастика с основами акробатики 17ч +4ч.Общеразвивающие упражнения на материале гимнастики с основами акробатики. 3ч Подвижные игра на основе гимнастики								
34	24.11		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения) строевые действия в шеренге и колонне.	ТБ на уроках физической культуры. ОРУ в движении. Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. Перестроение и 1 колонны в 4 в движении. Веселые старты.	Выполнять организующие строевые команды и приёмы;	Текущий контроль:	Демонстрация техники строевых упражнений.
35	28.11		<i>Комбинированный урок</i>	Строевые действия Кувырок вперед, кувырок назад	Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. ОРУ на развитие гибкости. Совершенствование техники упора присев, упора лежа, упор прогнувшись, сед углом.	Выполнять организующие строевые команды и приёмы;		Демонстрация техники строевых упражнений.
36	30.11		<i>Комбинированный урок</i>	Строевые действияСтойка на лопатках	Повороты, перестроение из 1 колонны в 2, из 1 колонны в 3. ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Совершенствование техники стойки на лопатках ноги согнуты. Оценка	Выполнять акробатические упражнения	Текущий контроль:.	Техника исполнения седа углом.

					техники выполнения сед углом.			
37	1.12		<i>Комбинированный урок</i>	Кувырок вперед и назад	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Техника выполнения стойки на лопатках, кувырок назад и вперед	Выполнять акробатические упражнения	Текущий контроль:	Техника исполнения стойки на лопатках.
38	5.12		<i>Контрольный урок</i>	Гимнастический мост	ОРУ с гимнастическими палками на развитие гибкости. Перекаты. Повторение кувырков вперед и назад. Совершенствование техники гимнастический мост из положения лежа	Выполнять акробатические упражнения	Тематический контроль:	Техника исполнения кувырка вперед и назад.
39	7.12		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Акробатическая комбинация)</i> Мост из положения лежа на спине.	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника исполнения акробатических упражнений.
40	8.12		<i>Комбинированный урок</i>	Мост из положения лежа на спине, переворот в положение лежа на живот	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе.	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
41	12.12		<i>Комбинированный урок</i>	Прыжок с опорой на руки в упор присев	ОРУ на развитие гибкости, перекаты. Мост из положения лежа на спине, опуститься в исходное положение, переворот в положение лежа на животе, прыжок с опорой на руки в упор присев	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.

42	14.12		<i>Комбинированный урок</i>	Кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев. Гимнастическая полоса препятствий	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
43	15.12		<i>Комбинированный урок</i>	Из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль	: Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
44	19.12		<i>Комбинированный урок</i>	Из упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.
45	21.12		<i>Комбинированный урок</i>	Из упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Текущий контроль:	Техника эстетического исполнения ранее изученных акробатических упражнений.

46	22.12		<i>Контрольный урок</i>	Из упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев	ОРУ на развитие гибкости. Перекаты, кувырок вперед в упор присев, кувырок назад в упор присев, из упора присев кувырок назад до упора на коленях с опорой на руки, прыжком переход в упор присев, кувырок вперед	<i>Выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.</i>	Тематический контроль:	Техника эстетического выполнения самостоятельно составленных из ранее изученных акробатических упражнений.
47	26.12		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Гимнастические упражнения прикладного характера)</i> Передвижение по гимнастической стенке	ОРУ в движении, развитие гибкости. Передвижение по гимнастической стенке на различную высоту. Совершенствование техники лазание по канату	Выполнять упражнения прикладного характера	Текущий контроль:	Техника исполнения передвижения по гимнастической стенке и лазания по канату.
48	28.12		<i>Комбинированный урок</i>	Преодоление полосы препятствий с элементами лазания	ОРУ на развитие гибкости. Лазание по скамейке, по бревну. Гимнастическая полоса препятствий: лазание по мату ползком на животе, на спине, лазание по кочкам	Выполнять упражнения прикладного характера	Текущий контроль:	Техника исполнения преодоления препятствий ползком на животе и спине.
49	2 чет. 11.01.17		<i>Комбинированный урок</i>	Преодоление полосы препятствий с элементами переползаниями.	ОРУ на развитие гибкости. Преодоление полосы препятствий: лазание по гимнастической стенке, переползание через большие и малые кубики	Выполнять упражнения прикладного характера	Текущий контроль:	Техника исполнения преодоления препятствий с перелезан

									и ем через большие и малые кубики.
50	12.01		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла.	ОРУ. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла, подводящие упражнения: - принять позу приземления и удержаться;- прыжок вверх с последующей фиксацией приземления;- наскок на мостик.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка.	
51	16.01		<i>Комбинированный урок</i>	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла с 2-3 шагов разбега.	ОРУ. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла, разбег с 2-3х шагов разбега, наскок на мостик, прыжок на козла двумя ногами, соскок.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка..	
52	18.01		<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла с 4-5 шагов разбега.	ОРУ. Опорный прыжок с разбега через гимнастического козла, разбег, прыжок на козла двумя ногами, соскок прогнувшись. Игра: «Парашютисты.»	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:	Техника исполнения прыжка.	
53	19.01		<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Комбинация упражнений на перекладине	Ору на развитие гибкости. Из виса стоя присев толчком двумя ногами вис завесом двумя ногами на перекладине опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации	
54	23.01		<i>Урок обобщения и систематизации предметных знаний</i>	Комбинация упражнений на перекладине	Ору на развитие гибкости. Из виса стоя присев толчком двумя ногами вис завесом двумя ногами на перекладине опускание назад в вис стоя.	Выполнять гимнастические упражнения на спортивных снарядах	Текущий контроль:.	Техника исполнения комбинации на низкой перекладине	
Подвижные игры на основе гимнастики 3ч									
55	25.01		<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игра: . Игра «Что изменилось?», «Три движения». Эстафеты.	ОРУ. Игры на внимание с выполнением команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба побревну на носках. Игра «Что изменилось?», «Три движения». Эстафеты.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.	

56	26.01		<i>Урок повторения предметных умений</i>	Игра: . Игра «Что изменилось?», «Три движения». Эстафеты.	ОРУ. Игры на внимание с выполнением команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Игра «Что изменилось?», «Три движения». Эстафеты.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Текущий контроль:	Техника исполнения игровых действий.
57	30.01		<i>Урок повторения предметных умений эжд</i>	Игра: . Игра «Что изменилось?», «Три движения». Эстафеты.	ОРУ. Игры на внимание с выполнением команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!». Ходьба по бревну на носках. Игра «Что изменилось?», «Три движения». Эстафеты.	Выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности	Текущий контроль:.	Техника исполнения игровых действий
Лыжная подготовка 15ч								
58	1.02		<i>Урок повторения предметных знаний</i>	Переноска и надевание лыж.	ТБ на уроках лыжной подготовки. Переноска и надевание лыж. Игра: «Знак качества»	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Знание техники безопасности. Демонстрация умений переноски и одевания лыж.
59	6.02		<i>Урок повторения предметных знаний</i>	Попеременный двухшажный ход без палок.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах. Прохождение дистанции 1000м.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
60	8.02		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Попеременный двухшажный ход без палок на дистанции 1000м.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом без палок. Формирование навыков ходьбы на лыжах	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.

61	9.02		<i>Комбинированный урок</i>	Попеременный двухшажный ход с палками.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1000м. Освоение техники лыжных ходов.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	техника скольжения попеременно 2х шажным ходом.
62	13.02		<i>Контрольный урок</i>	Попеременный двухшажный ход с палками на дистанции 1500м.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1500м. Освоение техники лыжных ходов.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический контроль	: Техника скольжения попеременно 2х шажным ходом на дистанции 1500м без учета времени.
63	15.02		<i>Комбинированный урок</i>	Одновременный двухшажный ход.	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000м.	<i>– выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль	: Техника скольжения одновременно 2х шажным ходом.
64	16.02		<i>Комбинированный урок</i>	Одновременный двухшажный ход.	Скольжение на лыжах одновременным двухшажным ходом. Совершенствование координации работы рук и ног. Прохождение дистанции 1000м.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника скольжения одновременно 2х шажным ходом.
65	20.02		<i>Комбинированный урок</i>	Поворот: «переступанием».	Совершенствование техники поворота переступанием. Лыжная гонка.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль	: Техника поворота переступанием.
66	22.02		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Спуски: в высокой и низкой стойках.	Ознакомление техникой спусков в высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 300м	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника спуска в высокой и низкой стойке.
67	27.02		<i>Комбинированный урок</i>	Спуски: в высокой и	Ознакомление техникой спусков в	<i>Выполнять</i>	Текущий	Техника

				низкой стойках	высокой и низкой стойках. Прохождение дистанции 300м	<i>передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	контроль:	спуска в высокой и низкой стойке.
68	1.03		<i>Комбинированный урок</i>	Попеременный двухшажный ход с палками на дистанции 1500м.	Скольжение на лыжах попеременным двухшажным ходом с палками. Прохождение дистанции 1500м. Освоение техники лыжных ходов.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема лесенкой.
69	2.03		<i>Комбинированный урок</i>	Подъем: «Лесенкой»	ТБ на уроках физической культуры. Ознакомление с техникой подъема «Лесенкой.» Игра: «Попади снежком в цель»	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема лесенкой.
70	6.03		<i>Комбинированный урок</i>	Подъем: «Лесенкой», спуск в низкой стойке.	Совершенствование техники подъема «Лесенкой. Игра «Быстрый лыжник».	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема елочкой.
71	9.03		<i>Комбинированный урок</i>	Подъем: «Елочкой»,	Освоение техникой подъема «Елочкой». Лыжная гонка на дистанции 1000м.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Текущий контроль:	Техника подъема елочкой.
72	13.03		<i>Контрольный урок</i>	Подъем: «Елочкой», спуск в средней стойке.	Освоение техникой подъема «Елочкой». «Быстрый лыжник», «Кто быстрее». Прохождение дистанции.	<i>Выполнять передвижения на лыжах (для снежных регионов России).</i>	Тематический контроль:	Техника подъема елочкой
Подвижные и спортивные игры. -31ч На основе баскетбола- 10ч								
73	15.03		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	<i>(Ведение мяча, передача мяча)</i> Ведение мяча, передача мяча.	ОРУ с мячами. ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча на месте с изменением высоты отскока. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:.	Техника ведения мяча с изменением направления
74	16.03		<i>Комбинированный урок</i>	Ведение мяча, передача мяча.	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты. Игра «Гонка мячей по кругу».	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча с изменением

					Развитие координационных способностей			м направлени я.
75	3 чет. 29.03		<i>Комбинированный урок</i>	Ведение мяча, передача мяча.	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты. Игра «Гонка мячей по кругу». Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча с изменением направлени я.
76	30.03		<i>Комбинированный урок</i>	Ведение мяча, передача мяча.	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча в средней и низкой стойке.
77	3.04		<i>Контрольный урок</i>	Ведение мяча, передача мяча.	ОРУ. Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча правой и левой рукой в движении. Эстафеты. Игра «Овладей мячом». Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Тематический контроль:	Техника ведения мяча левой и правой рукой.
78	5.04		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	(Бросок по кольцу) Бросок по кольцу, передача мяча	.ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
79	6.04		<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
80	10.04		<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ. Ловля и передача мяча в кругу Броски мяча в кольцо двумя руками от груди. Эстафеты. Игра «Снайперы». Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.
81	12.04		<i>Комбинированный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол».	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Текущий контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди.

82	13.04		<i>Контрольный урок</i>	Бросок по кольцу, передача мяча	ОРУ с мячами. Бросок по кольцу двумя от груди. Передача мяча на месте и в движении. Игра в мини - баскетбол	<i>Играть в баскетбол, упрощённым правилам</i>	Тематический контроль:	Техника броска по кольцу двумя от груди на результат.
Подвижные и спортивные игры. На основе футбола- 10ч								
83	17.04		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Удар по неподвижному мячу.	ОРУ. Удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
84	19.04		<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу.	ОРУ. Удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
85	20.04		<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу, остановка мяча.	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.		Текущий контроль:	Техника ведения мяча, удара по воротам внутренней частью стопы.
86	24.04		<i>Комбинированный урок</i>	Удар по неподвижному мячу, остановка мяча.	ОРУ. Работа в парах. Остановка мяча, удар по неподвижному мячу в ворота. Игра в футбол.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника удара по неподвижному мячу в ворота на результат.
87	26.04		<i>Комбинированный урок</i>	Удар по катящемуся мячу.	ОРУ. Специально-беговые упражнения. Удары по воротам с правой и левой стороны.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым

								правилам.
88	27.04		<i>Комбинированный урок</i>	Удар по катящемуся мячу.	ОРУ. Специально-беговые упражнения. Удары по воротам с правой и левой стороны.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
89	3.05		<i>Контрольный урок</i>	Игра в футбол.	ОРУ в движении. Соревнования по футболу.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
90	4.05		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	ОРУ в движении. Соревнования по футболу.	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам.
91	8.05		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощённым правилам	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль	: Техника игры по упрощённым правилам.
92	9.05		<i>Урок применения метапредметных и предметных знаний</i>	Игра в футбол.	Игра по упрощённым правилам	<i>Играть в футбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры по упрощённым правилам
Подвижные и спортивные игры. На основе волейбола- 11ч								
93	10.05		<i>Урок формирования первоначальных предметных навыков, овладения предметными умениями</i>	Прием и передача мяча.	ОРУ в движении. Работа в парах. Ознакомление с техникой приема и передачи мяча.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника имитации приема и передачи мяча.
94	11.05		<i>Комбинированный урок</i>	Прием и передача мяча.	ОРУ в движении. Работа в парах. Ознакомление с техникой приема и передачи мяча.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника имитации приема и передачи мяча.
95	15.05		<i>Комбинированный урок</i>	Прием и передача мяча в движении.	ОРУ в движении. Работа в парах, небольших группах в движении Нижняя прямая подача.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника передачи мяча

								после собствен ного подбрасыв ания.
96	17.05		<i>Комбинированный урок</i>	Прием и передача мяча в движении.	ОРУ в движении. Работа в парах, небольших группах в движении Нижняя прямая подача.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника подачи мяча в стену.
97	18.05		<i>Комбинированный урок</i>	Нижняя прямая подача.	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль: .	Техника подачи мяча через сетку
98	22.05		<i>Контрольный урок</i>	Нижняя прямая подача.	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача на стенку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль: .	Техника подачи мяча через сетку с 3 метров
99	24.05		<i>Контрольный урок</i>	Нижняя прямая подача через сетку.	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача через сетку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Тематический контроль: .	Техника подачи мяча через сетку с 3 метров
100	25.05		<i>Комбинированный урок</i>	Нижняя прямая подача через сетку.	ОРУ в движении. Работа в парах, через сетку. Нижняя прямая подача через сетку.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.
101	29.05		<i>Комбинированный урок</i>	Игра в пионербол..	Игра по упрощённым правилам в две команды.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль	: Техника игры в мини волейбол.
102	31.05		<i>Комбинированный урок</i>	Игра в пионербол..	Игра по упрощённым правилам в две команды.	<i>Играть в волейбол по упрощённым правилам.</i>	Текущий контроль:	Техника игры в мини волейбол.

Фонд оценочных средств для 4го класса

	Тема	Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделу « выпускник научится»		Типовые задания для оценки планируемых результатов освоения ООП соответствующего уровня по разделам «выпускник получит возможность научиться»	
1	Знания о физической культуре: Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви.	. 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	.Тестовые ответы на вопросы	Организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещениях, так и на открытом воздухе).	Письменные ответы на вопросы раскрывающие Способы безопасной организации самостоятельных занятий
2	Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.			<i>Особенности развития физической культуры, связанные с трудовой и военной деятельностью, зарождение физической культуры на территории Древней Руси.</i>	<i>Ответы на тестовые задания.</i>
3	Физическая нагрузка	Физическая нагрузка и ее влияние на повышение частоты сердечных сокращений.	Письменные ответы на вопросы раскрывающие взаимосвязь физической нагрузки на ЧСС.		
1	Способы физкультурной деятельности: Выполнение комплексов упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.	Организовывать и проводить простейшие комплексы для формирования правильной осанки и развития мышц туловища.	Демонстрация умений.	<i>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.</i>	<i>Оценка ведения тетради по ФК.</i>
2	Измерение показателей физических качеств. Измерение частоты сердечных сокращений			<i>вести тетрадь по физической культуре с записями результатов наблюдений за динамикой основных показателей физического развития и</i>	<i>Оценка ведения тетради по ФК</i>

Время на выполнение домашних заданий.

Класс	1класс	2класс	3класс	4йкласс
Итого	Не предусмотрено	Не менее 5 раз в неделю по 20 минут	Не менее 5 раз в неделю по 30 минут	Не менее 5 раз в неделю по 40 минут

Материально-техническое, учебно-методическое, информационное обеспечение

1.Основная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Примерная программа по учебным предметам «Стандарты второго поколения».	А.М. Кондаков, академик РАО Л.П. Кезина.	Москва «Просвещение»	2010г.

2.Дополнительная литература

№	Название	Автор	Издательство	Год издания
1	Физическая культура в школе.	Ю.А. Янсон.	Изд. 2-е,	2009г.
2	Настольная книга учителя физической культуры.	Б.И. Мишин.	«Издательство Астрель»	2003г.
3	Энциклопедия физических упражнений.	Е. Талага.	«Физкультура и спорт»	1998г.

Оборудование и инвентарь для реализации образовательной программы

№ п/п	Наименование	Кол-во
1.	Антенна для волейбола	2

2.	Бадминтон	10
3.	Весы напольные	2
4.	Волан для бадминтона	10
5.	Граната для метания – 0,5 кг	5
6.	Граната для метания – 0,7 кг	5
7.	Иглы для мячей авт.	10
8.	Канат для перетягивания	2
9.	Коврик для аэробики	20
10.	Мяч гандбол	5
11.	Нагрудные номера	60
12.	Насос механический	1
13.	Перчатки вратарские взрослые	2
14.	Степ-платформ а	30
15.	КОНУС сигнальный	50
16.	Устройство для поднятия флагов	1
Баскетбол		
17.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	40
18.	Мяч баскетбольный SPALDING NBA	50
19.	Сетка баскетбольная – белая	20
20.	Сетка баскетбольная – трёхцветная	20
21.	Стойка баскетбольная профессиональная	2
22.	Навесное баскетбольное кольцо	5
23.	Форма баскетбольная.	24
Волейбол		
24.	Мяч волейбольный "Gala" (Чехия)	15
25.	Мяч футбольный	20
26.	Сетка волейбольная	6
27.	Стойки волейбольные	1
28.	Судейская вышка	2
29.	Форма волейбольная, короткий рукав	24
Гимнастика, легкая атлетика		
30.	Барьер легкоатлетический с регулируемой высотой 5 уровневые. 762-1067 мм	5
31.	Граната для метания – 0,5 кг	10
32.	Граната для метания – 0,7 кг	10
33.	Коврик гимнастический	30
34.	Комплект гантелей - разборные (2, 4, 6кг)	2
35.	Корпус бревна гимнастического	2

36.	Мячи для метания в цель	40
37.	Обруч гимнастический	50
38.	Палочка гимнастическая	30
39.	Планки для прыжков в высоту	6
40.	Рулетка	6
41.	Секундомер электрический	3
42.	Секундомер механический	6
43.	Скакалка	30
44.	Скамейка гимнастическая Серия SportLife.	30
45.	Станок стартовый школьный, комплект	1
46.	Шведская стенка Серия SportLife	1
47.	Стойка универсальная (Предназначена для игры в волейбол, бадминтон, теннис.)	4
48.	Стойка для прыжков в высоту металлическая с шестом. СП-SL Серия 1 Sport Life	2
49.	Тренажер для обучения бегу	1
50.	Тренажер для обучения прыжкам	1
51.	Тренажер для обучения метанию	2
52.	Турник для крепления к шведской стенке Т-SL Серия SportLife .	6
53.	Цель для метания	4
54.	Шагомер	1
55.	Электромегафон	2
56.	Эстафетная палочка	10
Игры		
57.	Дартс. Комплект	6
58.	Устройство для установки стойки для обводки, комплект	4
59.	Флажки для разметки дистанций, комплект	4
60.	Эспандеры	50
61.	Приспособления и устройства для бега в зале	1
62.	Дуги для подлезания	1
63.	Медицинбол, 1 кг	10
64.	Медицинбол, 2 кг	10
65.	Медицинбол, 3 кг	10
66.	Медицинбол, 15 кг	10
67.	Цели подвижные	6
68.	Цели устанавливаемые	4
69.	Щиты-отражатели ударов мяча	4
Футбол		
70.	Ворота для мини-футбола	2

71.	Компрессор для надувания мячей	2
72.	Мяч футбольный, размер №5	10
73.	Мяч футбольный, размер №4	20
74.	Мяч футбольный "Select". Размер № 4	10
75.	Мяч футбольный, Размер № 4	20
76.	Насос универсальный с иглой для мячей	4
77.	Сетка на футбольные ворота	2
78.	Щитки ф/б отечественные.	20
79.	Форма футбольная, короткий рукав	22
80.	Форма вратаря	1
81.	Стойка для крепления низкая	8
82.	Стойка для крепления средняя	8
83.	Стойка для крепления высокая	8
84.	Стаканы для крепления	30
Оборудование для контроля и оценки действий		
85.	Динамометр кистевой	15
86.	Свисток судейский	12
87.	Свисток игровой	12
88.	Табло информационное	1
89.	Метроном механический	2
90.	Часы Настенные. Электронные.	1
91.	Устройство-показатель счета движения	2
92.	Пьедестал	1
93.	Степ-платформа для аэробики	30
Оборудование для занятий зимними видами спорта		
94.	Лыжи подростковые и палки лыжные.	250
95.	Ботинки лыжные и крепление.	250
96.	Стеллажи	2
97.	Стеллажи для хранения лыжного инвентаря	2
98.	Стеллажи для хранения лыжной обуви	2
99.	Стеллажи для хранения обуви с коньками	1
100.	Скамейки для раздевалок	8