

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Мурманской области

Комитет по образованию администрации города Мурманска

МБОУ г. Мурманска "СОШ № 20"

РАССМОТРЕНО

МО учителей

начальных классов

_____**В.В. Бальтер**

Протокол № 1

от «31» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Педагогический совет

_____**Л.Г. Апрасидзе**

Протокол № 1

от «31» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

_____**Л.Г. Апрасидзе**

Приказ № 129-од

от «2» сентября 2024 г.

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 1 – 4 классов с задержкой психического развития

Мурманск 2024

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 1-4 классы с ОВЗ (ЗПР)

Программа направлена на достижение планируемых результатов, реализацию программы формирования универсальных учебных действий. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта основного общего образования.

Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. Он включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно - спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для 1-4 классов ОВЗ (ЗПР) составлена на основе следующих документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 30.12.2015) "Об образовании в Российской Федерации";
- Приказ от 6 октября 2009 г. № 373 « Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
- Приказ от 26 ноября 2010 года № 1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования»;
- Приказ от 28 декабря 2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся»;
- Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях-;
- Предметная линия учебников системы «Школа России». – Москва: Просвещение, 2012г, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию
- Приказ от 19 декабря 2014 г. N 1598 «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ФГОС НОО С ОВЗ»; - Письмо от 11 марта 2016 г. N ВК-452/07 «О введении ФГОС ОВЗ»;
- Адаптированная основная образовательная программа начального общего образования МБОУ г. Мурманска «СОШ № 20»;

- Положение о порядке разработки и требованиях к структуре, содержанию и оформлению рабочих программ учебных предметов (курсов) (ФГОС НОО 1-4 классы) МБОУ «СОШ №20»,

- «Федеральной комплексной программы физического воспитания» под редакцией доктора педагогических наук В.И. Ляха и канд. пед. наук А.А. Зданевича. 2012 г.

Программа реализуется на основе УМК (Лях В.И. «Мой друг – физкультура» Учебник для обучающихся 1-4 классов начальной школы «Просвещение» 2012г.) В соответствии с требованиями ФГОС учебники обеспечивают сочетание личностных, метапредметных и предметных результатов обучения. Выбор данной программы и учебно-методического комплекса обусловлен полнотой, доступностью предложенного материала и условиями материальной базы, климатическими условиями.

1. Цель и задачи учебного предмета «Физическая культура»

Общие цели начального общего образования с учетом специфики учебного предмета- формирование физической культуры личности школьника посредством освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью.

Изучение физической культуры в 1-4 классах направлено на достижение цели - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В начальной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни и способствует решению следующих задач изучения на первой ступени образования:

-укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

-формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта:

-освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

-обучение навыкам и умениям в физкультурно -оздоровительной и спортивно -оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

-воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, рабочая программа в предметном содержании направлена на:

-реализацию принципа вариативности. Он лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями обучающихся, материально-технической оснащённости учебного процесса, региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;

-реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности обучающихся;

-соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

-расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения обучающихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

-усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно -оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Особенности обучающихся 1-4 классов

Все обучающиеся 1-4 классов осмотрены специалистами на ПМПК. У всех есть рекомендации по продолжению обучения по адаптированной образовательной программе для детей с ОВЗ (ЗПР) в организациях осуществляющих образовательную деятельность.

У обучающихся наблюдается:

- неумение организовать самостоятельно свою деятельность при выполнении заданий, включающих несколько операций и контролировать свои действия;
- затруднение при самостоятельном выполнении отдельных операций: анализа и анализирующего наблюдения, классификации;
- снижение функциональных возможностей организма, двигательной активности -затруднение понимания в области применения знаний;
- недоразвитие психомоторных механизмов, внимания, памяти;
- снижение оперативности мышления.

Основная коррекционная цель уроков физкультуры состоит в коррекции двигательных нарушений и приобретении жизненно важных двигательных умений и навыков, приобщении их к социальной сфере, освоении мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей адаптивной физической культуры. Занятия физической культурой направлены на улучшение физической подготовленности, увеличение подвижности суставов, укрепление деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, а также положительно влияет на развитие психомоторных механизмов (быстрая и адекватная ориентировка в сложной двигательной деятельности, развитие двигательной моторики, концентрация внимания, распределение внимания, объем поля зрения, оперативность мышления, моторная выносливость).

Задачи:

- 1) формировать умение у детей слушать учителя по физкультуре и выполнять задания на различных уровнях сложности: здесь используются упражнения, построенные на образах и представлениях, подражаниях звукам в играх разной степени подвижности;
- 2) подобрать такие основные виды движений, которые способствовали бы формированию двигательного умения с учетом возраста. Здесь следует помнить о том, что повышение эмоционального напряжения может стать причиной рецидива (страх, неуверенность, нерешительность); 3) развивать внимание, зрительную и слуховую память во время занятий физкультурой; 4) дать представление о здоровом образе жизни.

Раздел II. Общая характеристика учебного предмета

Программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика с элементами акробатики», «Легкая атлетика», «Подвижные и спортивные игры», «Лыжные гонки». вариативная

часть «Национальные подвижные игры», как национальный компонент, а также подвижные игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола. Опорные прыжки в виде «Гимнастика» равномерно распределены на другие виды гимнастических упражнений. Уроки лыжной подготовки как обязательные занятия проводятся при температуре не ниже 12 0С. При проведении уроков по лыжной подготовке особое внимание должно быть уделено соблюдению техники безопасности и охране здоровья школьников. В зависимости от погодных условий уроки в разделе «Лыжная подготовка» могут быть заменены уроками в зале по порядку, следующему за данным разделом и в свою очередь продолжаются «Лыжная подготовка» далее при улучшении погодных условий. В зависимости от конкретных условий учителю разрешается изменять выделенный объем времени на прохождение различных разделов программы. Уроки, отведенные на плавание и подвижные игры распределены на национальные игры. При этом каждый тематический раздел программы дополнительно включает в себя подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. Материал по способам двигательной деятельности предусматривает обучение школьников элементарным умениям самостоятельно контролировать физическое развитие и физическую подготовленность, оказывать доврачебную помощь при легких травмах. Овладение этими умениями соотносится в программе с освоением школьниками соответствующего содержания практических и теоретических разделов. Программный материал по разделу «Основы знаний» осваивается в каждой четверти в процессе урока 8-10 мин. На основании Указа Президента Российской Федерации от 24.03.2014г. №172 «О Всероссийском физкультурно- спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)», пункт 8 плана мероприятий по поэтапному внедрению Всероссийского физкультурно- спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)», утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 30.06.2014 г. на уроках физической культуры проводить тестирование по видам комплекса ГТО согласно возрастным группам с 1-5 ступени. К уроку «Физическая культура» допускаются обучающиеся, имеющие спортивную форму. Обучающиеся основной и подготовительной медицинской группы занимаются совместно (с ограничением нагрузки по объёму и интенсивности). Обучающиеся подготовительной группы освобождаются от отдельных тестов и зачётов по показанию врача. Ученики отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, от общих занятий не освобождаются, а занимаются на уроке со всеми. К ним применяется индивидуальный подход. Обучающиеся отнесенные к спецмедгруппе, занимаются в поликлинике восстановительного лечения под наблюдением инструктора ЛФК и медработника, такие ученики присутствуют на уроках, но не выполняют практических заданий. Согласно нормам, СанПиН 2.4.1178-02 обучающимся 1 классов цифровая оценка (отметка) не выставляется.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

На курс «Физическая культура» в 1 классе отводится 99 часов, по 3 часа в неделю, 2-4 классах 102 часа по 3 часа в неделю.

Продолжительность урока в 1 классе 35 мин. согласно нормам .СанПиН. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания». С введением третьего обязательного урока по физической культуре в школе, традиционные уроки приобретают более разнообразный характер, что связано с интеграционными процессами в сфере физического воспитания, а именно: внедрением в образовательный процесс по физическому воспитанию элементов новых видов спорта, расширением изучаемых и развиваемых двигательных умений, и навыков, и учета индивидуальных особенностей детей. Для решения этой задачи нельзя не учитывать влияние регионального компонента на уровень физического развития ребенка и его физическую подготовленность. Обогащать содержание уроков по физической культуре возможно за счет интеграции в образовательный процесс традиционных подвижных народных игр, забав и развлечений, и эффективных систем оздоровления человека, проверенных многими поколения

ТАБЛИЦА-СЕТКА ЧАСОВ
по четвертям для 2 класса (ОВЗ)
2017– 2018 учебный год
(3 часа)

№	Разделы программы	четверти				всего
		1	2	3	4	
I.	Базовая часть					
1.	Основы знаний по физической культуре	В процессе урока				
2.	Легкая атлетика	6			7	13
3.	Гимнастика с элементами акробатики		21			21
4.	Лыжная подготовка			30		30
5.	Спортивные игры и подвижные игры	12			8	20
II.	Вариативная часть					
7.	Легкая атлетика	4			4	8
8.	Спортивные игры	5			5	10
	Итого:	27	21	30	24	102

ПРОВЕДЕНИЕ ЗАЧЕТНО-ТЕСТОВЫХ УРОКОВ

КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ: проверка нормативов проводится в течении учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения.

Нормативы			2 класс		
			"5"	"4"	"3"
1	Бег 30 м (сек.)	м	6,0	6,6	7,1
		д	6,3	6,9	7,4
2	Бег 1000 м (мин, сек.) ("+" - без учета времени)	м	+	+	+
		д	+	+	+
3	Прыжок в длину с места (см)	м	150	130	115
		д	140	125	110
4	Прыжок в высоту, способом "Перешагивания" (см)	м	80	75	70
		д	70	65	60
5	Прыжки через скакалку (кол-во раз/мин.)	м	70	60	50
		д	80	70	60
6	Отжимания (кол-во раз)	м	10	8	6
		д	8	6	4
7	Подтягивания (кол-во раз)	м	3	2	1
8	Метание т/м (м)	м	15	12	10

		д	12	10	8
9	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин)	д	23	21	19
		м	28	26	24
10	Приседания (кол-во раз/мин)	м	40	38	36
		д	38	36	34

ТЕСТОВЫЕ НОРМАТИВЫ: проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся и с целью более правильного распределения нагрузки на уроках (см. таблицу)

Тематическое планирование уроков физической культуры в 3 классе для учащихся с ОВЗ

№ урока дата	Тема и содержание урока	Вид деятельности учащихся
1 четверть Легкая атлетика Подвижные и спортивные игры		
1	<u>Инструктаж по ТБ.</u> Построение в шеренгу и колонну по одному, команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!».	ИОТ -012 Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики Правильно выполнять строевые команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». понимание и принятие цели включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий

№ урока дата	Тема и содержание урока	Вид деятельности учащихся
1 четверть Легкая атлетика Подвижные и спортивные игры		
2	Повороты направо, налево, переступанием. Бег 30 м. Высокий старт	Бегать на короткую дистанцию Правильно выполнять основные повороты, бегать с максимальной скоростью до 30 м. понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия. проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

3	Прыжок в длину с места. Бег до 4 мин. с изменением направления в чередовании с ходьбой.	Бегать на короткую дистанцию Правильно выполнять прыжки в длину с места, основные движения в ходьбе и беге с изменением направления; бегать с максимальной скоростью до 60 м. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу; Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
4	Прыжок в длину с места. Бег по прямой 20-40 м. п/и «К своим флажкам».	Ходить под счёт Правильно выполнять прыжки в длину с места; бегать по прямой 20-40 минут с максимальной скоростью до 30 м, до 60 м. уметь использовать наглядные модели; Находить ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий
5	Прыжок в длину с места. Бег по прямой 20-40 м. п/и «К своим флажкам».	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением Правильно выполнять основные движения в прыжке в длину с места, в беге; бегать по прямой 20 -40 м. с максимальной скоростью до 60 м.

		понимать и принимать цели, сформулированные учителем; принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы; проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
6	Прыжок в длину с места – контрольное упражнение. Метание мяча на дальность.	Выполнять прыжки в длину с места, метать мяч на дальность. Выполнять прыжки в длину с места, метать мяч на дальность. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности
7	Бег 30 м – контрольное упражнение. Перестроение из колонны по одному в колонну по два.	Выполнять контрольное упражнение – бег 30 м. . перестраиваться из колонны по одному в колонну по два. Выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
8	Перестроение из одной шеренги в две.	Правильно выполнять основные движения в метании и в перестроении. Перестраиваться из одной шеренги в две. Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных

	Метание мяча. Игра «Кто дальше бросит».	положений понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
9	Метание мяча на дальность – контрольное упражнение. Подтягивания на перекладине.	Правильно выполнять основные движения в метании; Правильно выполнять основные движения при подтягивании на перекладине. Метать мячи на дальность с места из различных положений Подтягиваться на перекладине. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
10	Свое место в колонне. Челночный бег 3х10 м. п/и «Лисы и куры»	Правильно выполнять основные движения в перестроении, знать свое место в колонне. Выполнять челночный бег. понимать и принимать цели, сформулированные учителем;

		Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
11	<u>Инструктаж по ТБ</u> во время занятий играми. Построение в колонну по одному. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.	ИОТ-014 Правильно выполнять основные движения в перестроении в колонну по одному. Подбрасывать и ловить мячи двумя руками. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Подбрасывать и ловить мячи. Перестраиваться в колонну по одному. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
12	Подвижная игра «Быстро встать в строй»	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Играть в подвижные игры понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

		Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
13	Удары мяча о пол и ловля его одной рукой.	Правильно выполнять основные движения при ударе мяча о пол и ловле его одной рукой. Выполнять удары мяча о пол и ловить его одной рукой. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя применять свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
14	Передача и ловля мяча на месте в парах.	Правильно выполнять передачу и ловлю мяча на месте в парах. Играть в подвижные игры с передачей и ловлей мяча понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

15	Ведение мяча на месте, ловля мяча отскочившего от пола. П/и «Бросай - поймай».	Правильно выполнять ведение мяча на месте и ловлю отскочившего мяча от пол. Играть в подвижные игры, связанные с ловлей и ведением мяча. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
16	Урок-игра. п/и «Бросай - поймай»	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями мяча. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями мяча. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
17	Построение в две шеренги по расчету. Ловля и передача мяча в движении.	Выполнять строевые команды. Ловить и передавать мяч в движении. Играть в подвижные игры с мячом. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
18	Основная стойка и передвижения баскетболиста. Ведение мяча на месте.	Правильно выполнять основную стойку баскетболиста и правильно передвигаться. Ведению мяча на месте. Освоить варианты игры в баскетбол. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление учебных мотивов;
19	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием справа и слева от шнура.	Правильно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием справа и слева от шнура. Прыжкам на двух ногах в различных позициях. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление учебных мотивов

20	Урок-игра. п/и «Мяч водящему»	Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале . Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
21	Основная стойка и передвижение баскетболиста приставным шагом.	Правильно выполнять стойку баскетболиста и его передвижение приставным шагом. Освоить варианты игры в баскетбол. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
22	Перебрасывание мяча одной рукой и ловля двумя руками. Игра «Мяч водящему».	Правильно выполнять движения при перебрасывании мяча одной рукой и ловить его двумя руками. Освоить варианты игры в баскетбол на основе игры «Мяч водящему» понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы

		Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
23	Ведение мяча стоя на месте, передача и ловля. п/и «Мяч в корзину»	Правильно выполнять движения при ведении мяча стоя на месте, его передаче и ловле. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале . Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
24	Урок-игра. п/и «Бросай - поймай»	Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. Освоить игру «Бросай – поймай» понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

2 четверть.

Гимнастика.

Подвижные игры

25	Инструктаж по ТБ Ходьба и бег парами. Забрасывание мяча в корзину.	ИОТ-014 Правильно выполнять движения при забрасывании мяча в корзину. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. Включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
26	Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы.	Правильно выполнять движения при перебрасывании мяча через шнур двумя руками из-за головы.. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале. Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
27	Урок-игра «Играй-играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. Освоить игры: «Играй-играй мяч не теряй», «Мяч водящему». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
28	<u>Инструктаж по ТБ</u> Правила поведения в гимнастическом зале. Повороты на месте; Ходьба и бег врассыпную и с остановкой по сигналу.	ИОТ-007 Выполнять строевые команды Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

		Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов.
29	Счет по три и перестроение в три шеренги. Ходьба и бег с перепрыгиванием через предметы.	Выполнять строевые команды, правильно выполнять ходьбу и бег с перепрыгиванием через предметы. Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа
30	Ходьба и бег между предметами, ползание по гимнастической скамейке на животе.	Выполнять строевые команды Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
31	Упражнения на гимнастической лестнице и ходьба по гимнастической скамейке парами.	Выполнять упражнения на гимнастической лестнице и правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами. Сочетать при кувырке движения ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;

		формулировать собственное мнение. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
32	Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо. Прыжки через скакалку.	Научиться выполнять движения – лазание по гимнастической лестнице. Прыгать через скакалку. Выполнять упражнения в равновесии понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
33	Прыжки через скакалку. Построение в круг на вытянутые руки.	Научиться правильно выполнять прыжки через скакалку , построению в круг на вытянутые руки. Выполнять упражнения – прыгать через скакалку. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
34	Ходьба на носках и пятках по гимнастической скамейке. Равновесие. Подтягивание, лежа на наклонной скамье.	Ходить по гимнастической стенке; Выполнять упражнения в равновесии уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;

		принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу. формулировать собственное мнение; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
35	Разучить лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки. Перелезание через стопку матов.	Лазать по наклонной скамейке с опорой на руки. Перелезание через стопку матов. Выполнять упражнения в равновесии понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
36	Ходьба по уменьшенной площади опоры с сохранением устойчивого равновесия.	Правильно выполнять движения при ходьбе по уменьшенной площади опоры с сохранением устойчивого равновесия. Выполнять упражнения в равновесии понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
37	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах. Лазанье по канату произвольным способом.	Правильно выполнять движения- выполнении прыжков через скакалку и при лазании по канату. Выполнять упражнения

		понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
38	ОРУ с малыми мячами. Перестроения в три шеренги.	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
39	ОРУ с гимнастической палкой. Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках.	Научиться выполнять строевые упражнения. Правильно выполнять ОРУ с гимнастической палкой. Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
40	Упражнения на равновесие. п/и «Два мороза»	Правильно выполнять упражнения на равновесие. Освоить игру «Два мороза»

		понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
41	Кувырок вперед из упора присев.	Научиться правильно выполнять кувырок вперед из упора присев. Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
42	Кувырок вперед из упора присев. Стойка на лопатках с поддержкой, согнув ноги.	Научиться правильно выполнять стойку на лопатках с поддержкой согнув ноги Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
43	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через набивные мячи. Лазанье по канату.	Научиться ходьбе по гимнастической скамейке. Перешагиванию через набивные мячи, лазанию по канату. Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;

		Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
44	ОРУ с гимнастической палкой. Кувырок вперед. Полоса препятствий.	Правильно выполнять кувырок вперед Освоить технику выполнения кувырка вперед. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
45	ОРУ со скакалкой. Разучить «Мост» лежа на спине (со страховкой).	Разучить «Мост» лежа на спине (со страховкой). Освоить технику выполнения «Моста» лежа на спине понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
46	Акробатика: «Мост» и стойка на лопатках. П/и «Прыгающие воробушки».	Разучить «Мост» и стойку на лопатках. Освоить технику выполнения «Моста» и стойки на лопатках. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
47	Мальчики: подтягивание в висе на перекладине; девочки - подтягивание в висе лежа. Комплексный Подвижная игра: «У медведя во бору»	Разучить подтягивание в висе на перекладине (мальчики); девочки - подтягивание в висе лежа Освоить акробатические упражнения. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
48	Строевые упражнения. П/и «Через кочки и пенечки».	Закрепить умения выполнять строевые упражнения. Освоить строевые упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

3 четверть. Лыжная подготовка.		
49	<u>Инструктаж по ТБ</u> Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж.	ИОТ-008 Правильно переносить лыжи Правильно ухаживать за лыжами уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
50	Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок.	Передвигаться на лыжах скользящим шагом без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем;

		Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
51	Передвижение скользящим шагом 30 м. Игра «Слушай сигнал».	Передвигаться на лыжах Передвигаться на лыжах понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
52	Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. Игра «Шире шаг».	Передвигаться на лыжах по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. Передвигаться на лыжах понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
53	Ступающий шаг с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега ступающим шагом	Передвигаться на лыжах ступающим шагом с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега ступающим шагом длительное скольжение Передвигаться на лыжах уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную

	длительное скольжение на одной лыже.	информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
54	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.	Передвигаться на лыжах под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
55	Передвижение скользящим шагом без палок-30 м, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	Передвигаться на лыжах скользящим шагом без палок-30 м, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню. Передвигаться на лыжах уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

56	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?»	Передвигаться на лыжах скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
57	Повороты переступанием вокруг носков.	Передвигаться на лыжах переступанием вокруг носков Передвигаться на лыжах уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
58	Подъем ступающим шагом.	Передвигаться на лыжах, выполнять подъем ступающим шагом Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу

		Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
59	Повороты переступанием. п/и «По местам».	Передвигаться на лыжах, выполнять повороты переступанием. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
60	Спуски в высокой стойке. Игра «Салки».	Передвигаться на лыжах, выполнять Спуски в высокой стойке. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

61	Подъем «лесенкой». п/и «Слушай сигнал»	Передвигаться на лыжах, выполнять Подъем «лесенкой». Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
62	Спуски в низкой стойке. п/и «Слушай сигнал».	Передвигаться на лыжах, выполнять Спуски в низкой стойке. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
63	Попеременный двухшажный ход без палок. П/и «У кого красивее	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок. Передвигаться на лыжах

	снежинка».	понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
64	Попеременный двухшажный ход без палок. П/и «Шире шаг».	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
65	Подъемы и спуски с небольших склонов	Передвигаться на лыжах, выполнять Подъемы и спуски с небольших склонов. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

		Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
66	Попеременный двухшажный ход без палок. п/и «Салки с домом».	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
67	Попеременный двухшажный ход с палками под уклон. П/и «Накаты».	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

68	Попеременный двухшажный ход с палками под уклон.	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
69	Подъемы и спуски с небольших склонов	Передвигаться на лыжах, выполнять Подъемы и спуски с небольших склонов. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
70	Повороты переступанием	Передвигаться на лыжах, выполнять повороты переступанием. Передвигаться на лыжах

		понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
71	Попеременный двухшажный ход с палками.	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход с палками. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
72	Приемы самоконтроля при занятиях лыжами. П/и «Снежные снайперы».	Передвигаться на лыжах, учиться самоконтролю при занятиях лыжами. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о

		качествах хорошего ученика;
73	Переноска лыж на плече. Игры на лыжах.	Передвигаться на лыжах, правильно выполнять Переноску лыж на плече. Передвигаться на лыжах. Освоить игры на лыжах. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
74	Передвижение на лыжах до 1,5 км П/и «Снежные снайперы».	Передвигаться на лыжах, выполнять передвижение на лыжах до 1,5 км Передвигаться на лыжах. Освоить игру «Снежные снайперы». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о

		качествах хорошего ученика;
75	Спуски в низкой стойке. Передвижение на лыжах до 1,5 км	Передвигаться на лыжах, выполнять спуски в низкой стойке, передвигаться на лыжах до 1,5 км Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
76	Подъемы и спуски с небольших склонов При тёплой погоде уроки 76-78 заменить на подвижные игры на свежем воздухе или эстафеты	Передвигаться на лыжах, выполнять подъемы и спуски с небольших склонов. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
77	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Передвигаться на лыжах, выполнять передвижение на лыжах до 1,5 км

	П/и «Кто быстрее?»	Передвигаться на лыжах. Освоить игру «Кто быстрее?» понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
78	Прохождение дистанции 1,5 км в умеренном темпе.	Передвигаться на лыжах, пройти дистанцию 1,5 км в умеренном темпе. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
4 четверть. Подвижные и спортивные игры. Легкая атлетика.		
79	<u>Инструктаж по ТБ</u>	ИОТ-014 Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;

	Стойка и перемещение в стойке на согнутых в коленном суставе ногах. «Играй-играй мяч не теряй».	Освоить игру - «Играй-играй мяч не теряй». уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
80	Перемещения в шаге и беге, прыжок вверх толчком двумя ногами. «Мяч водящему».	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
81	Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола. П/и «У кого меньше мячей».	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

		Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
82	Перемещения: ловля и передача мяча двумя руками от груди, после подбрасывания над собой. «Передал -садись».	Попадать по мячу. Вести мяч в движении. Освоить игру «Передал -садись». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
83	Передача и ловля мяча от груди на месте партнеру, после перемещения в эстафетах и подвижных играх.	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Закрепить игру «Передал -садись». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
84	Бег с остановками в шаге, с изменением направления движения. П./и «Передал -садись».	Бегать с остановками в шаге, с изменением направления движения. Вести мяч в движении. Закрепить игру «Передал -садись». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;

		Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
85	Ловля мяча на месте в паре. «Играй-играй мяч не теряй».	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Освоить игру «Играй-играй мяч не теряй». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
86	Игра: «Попади в обруч», «Мяч соседу».	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Освоить игры «Попади в обруч», «Мяч соседу». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
87	Игры «Пятнашки с освобождением», «Играй-играй мяч не теряй».	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Освоить игры

		«Пятнашки с освобождением», «Играй-играй мяч не теряй». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
88	Передвижение по прямой: свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу).	Передвигаться по прямой: выполнять свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу). Закрепить игру «Играй-играй мяч не теряй». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
89	Остановка в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. П/и «Мяч соседу».	Правильно выполнять остановку в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. Закрепить игру: «Мяч соседу». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
90	О.Р.У. с мячом. Передачи в колоннах двумя руками ,	Передавать мяч в колоннах двумя руками , одной слева, одной справа

	одной слева, одной справа.	Освоить технику выполнения передачи мяча. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
91	Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча»	Выполнять упражнения с передачей мяча. Освоить игру «Школа мяча» понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
92	Техника безопасности при беге, метаниях и прыжках. Прыжки через скакалку.	ИОТ-012 Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; прыгать через скакалку. Бегать с максимальной скоростью, выполнять прыжки через скакалку. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
93	Бег на 30м с высокого старта; поднимание и опускание туловища за	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с высокого старта. Максимальной скоростью до 30 м.

	30секунд	Поднимать и опускать туловища за 30секунд уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
94	Прыжок в длину с места. Челночный бег 3х10 м. Игра «К своим флажкам».	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Прыгать в полную силу понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
95	Челночный бег 3х10 м. Прыжок в длину с места. «Рыбаки и рыбки», «Невод».	Правильно выполнять основные движения в прыжках Прыгать в полную силу. Освоить игры: «Рыбаки и рыбки», «Невод». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
96	Многоскоки с ноги на ногу. Прыжок в длину с места. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	Правильно выполнять основные движения в прыжках, наклоны вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Прыгать в полную силу. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
97	Прыжок в длину с разбега с мягким приземлением на обе ноги. Челночный бег (3х10 м). П/и «Лисы и куры».	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Прыгать в полную силу. Освоить игру «Лисы и куры» понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
98	Бег 30 м. Прыжки в длину с	Правильно выполнять основные движения в прыжках

	разбега (отталкиваться одной, приземляться на обе ноги). «Пятнашки», «Попрыгунчики-воробушки».	Прыгать в полную силу. Освоить игры: «Пятнашки», «Попрыгунчики-воробушки». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
99	Прыжки в длину с разбега (обратить внимание на отталкивание одной ногой). Подвижная игра «Круг-кружочек».	Правильно выполнять основные движения в прыжках Прыгать в полную силу. Освоить игру: «Круг-кружочек». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
100	Бег на 500 м в умеренном темпе. П/и «Так и так».	Правильно выполнять основные движения в беге на 500 м в умеренном темпе. Бегать в умеренном темпе. Освоить игру: «Так и так». понимать и принимать цели, сформулированные учителем;

		Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
101	Бег 500 м без учета времени. П/ и «К своим флажкам».	Правильно выполнять основные движения в беге на 500 м в умеренном темпе. Бегать в умеренном темпе без учета времени. Закрепить игру: «К своим флажкам». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
102	«Охотник и утки», «Воробьи и ворона». Соревнования.	Активно участвовать в соревнованиях. Играть в подвижные игры понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

(Приложение 1)

№ п/п	Темы при изменении климатических условий	Кол-во часов	Примечания
1	Размыкание и смыкание приставными шагами	1	
2	Упражнения с гимнастическими палками. Эстафеты.	1	
3	Перестроение из колонны по одному в колонну по два	1	
4	Совершенствование упражнений с предметами. Игры.	1	
5	Передвижение в колонне по одному на указанные ориентиры	1	
6	Сгибание и разгибание рук в упоре. Эстафеты.	1	
7	П/игра на совершенствование навыков в прыжках: «Зайцы в огороде».	1	
8	П/игра на совершенствование навыков в прыжках: «Лисы и куры».	1	
9	П/игра на совершенствование навыков бега: « К своим флажкам».	1	
10	П/игра на совершенствование навыков бега: «Пятнашки».	1	
11	П/игра на совершенствование навыков метаний: « Кто дальше бросит».	1	
12	П/игра на совершенствование навыков метаний: «Точный расчет».	1	
13	П/игра на совершенствование навыков ловли и передачи мяча: « Играй, играй, мяч не теряй».	1	

14	П/игра на совершенствование навыков ловли и передачи мяча: «Мяч водящему».	1	
15	Подвижные игры с прыжками: «Прыгающие воробушки», «Лисы и куры».	1	
16	Подвижные игры с прыжками и бегом: «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	1	
17	Подвижные игры с мячом: «Кто дальше бросит».	1	
18	Ведение мяча с изменением направления.	1	
19	Передача мяча в движении. «Охотники и утки».	1	
20	Ловля и передача мяча на месте в парах.	1	
21	Ловля и передача мяча на месте и с шага.	1	
22	Игры с ловлей, передачей, ведением мяча.	1	
23	Игры с ловлей, передачей, ведением мяча: «Играй, играй, мяч не теряй».	1	
24	Подвижные игры с бегом: «Пятнашки», «Два Мороза».	1	
25	ОРУ. Ловля и передача мяча. мяча.	1	
26	ОРУ. Ловля и передача мяча в парах. Игра «Школа мяча».	1	
27	ОРУ. Броски мяча. Игра «Попади в обруч».	1	
28	Броски в кольцо. Игра «Мяч в корзину».	1	
29	Броски мяча с места, с шага. Эстафеты с мячами.	1	

ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности.

. По основам знаний

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

- Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.
- Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.
- Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и веером ответов на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении и позволяет осуществлять опрос фронтально.

Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы учащиеся сопровождают выполнением конкретного комплекса и т.п.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

- Оценка «5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

- Оценка «4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.
- Оценка «3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что учащиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что учащимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных учащихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

По уровню физической подготовленности.

Оценивая уровень физической подготовленности, следует принимать во внимание реальные сдвиги учащихся в показателях физической подготовленности за определенный период времени. При оценке сдвигов в показателях развития определенных физических качеств учитель должен принимать во внимание особенности развития двигательных способностей, динамику их изменения у детей определенного возраста, исходный уровень достижений конкретных учащихся. При прогнозировании прироста скоростных способностей, являющихся наиболее консервативными в развитии, не следует планировать больших сдвигов. Напротив, при прогнозировании показателей выносливости в беге умеренной интенсивности, а также силовой выносливости темпы прироста могут быть довольно высокими.

При оценке темпов прироста на отметку «5», «4», «3» учитель должен исходить из вышеприведенных аргументов, поскольку в каждом конкретном случае прогнозирование этих темпов осуществить невозможно. Задания учителя по улучшению показателей физической подготовленности

должны представлять для учащихся определенную трудность, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления учащимся высокой оценки.

Итоговая оценка успеваемости по физической культуре складывается из суммы баллов, полученных учащимся за все составляющие: знания, двигательные умения и навыки, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, сдвиги в показателях физической подготовленности. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, оцениваются по овладению ими разделом «Основы знаний», умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и доступные им двигательные действия.

Тематическое планирование уроков физической культуры в 4 классе для учащихся с ОВЗ

№ урока дата	Тема и содержание урока	Вид деятельности учащихся
1 четверть Легкая атлетика Подвижные и спортивные игры		
1	<u>Инструктаж по ТБ.</u> Построение в шеренгу и колонну по одному, команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!».	ИОТ -012 Применять правила ТБ на уроках легкой атлетики Правильно выполнять строевые команды «Равняйсь!», «Смирно!», «Вольно!». Понимание и принятие цели включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы.

№ урока дата	Тема и содержание урока	Вид деятельности учащихся
1 четверть Легкая атлетика Подвижные и спортивные игры		
2	Повороты направо, налево, переступанием. Высокий старт Бег 30 м.	Бегать на короткую дистанцию Правильно выполнять основные повороты, бегать с максимальной скоростью до 30 м. понимание и принятие цели. Сформулированной педагогом; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; использовать речь для регуляции своего действия. проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

3	Бег до 4 мин. с изменением направления в чередовании с ходьбой. Прыжок в длину с места.	Бегать на короткую дистанцию Правильно выполнять прыжки в длину с места, основные движения в ходьбе и беге с изменением направления; бегать с максимальной скоростью до 60 м. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу; Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
4	Бег по прямой 20-40 м. Прыжок в длину с места. п/и «К своим флажкам».	Ходить под счёт Правильно выполнять прыжки в длину с места; бегать по прямой 20-40 минут с максимальной скоростью до 30 м, до 60 м. уметь использовать наглядные модели; Находить ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий
5	Бег по прямой 20-40 м. Прыжок в длину с места. п/и «К своим флажкам».	Ходить под счёт. Бегать на короткую дистанцию с ускорением Правильно выполнять основные движения в прыжке в длину с места, в беге; бегать по прямой 20 -40 м. с максимальной скоростью до 60 м.

		понимать и принимать цели, сформулированные учителем; принимать и сохранять учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; допускать возможность существования у людей различных точек зрения; задавать вопросы; проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
6	Метание мяча на дальность Прыжок в длину с места – контрольное упражнение.	Выполнять прыжки в длину с места, метать мяч на дальность. Выполнять прыжки в длину с места, метать мяч на дальность. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; принимать и сохранять учебную задачу; адекватно воспринимать словесную оценку учителя. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности
7	Перестроение из колонны по одному в колонну по два. Бег 30 м – контрольное упражнение.	Выполнять перестроение из колонны по одному в колонну по два. Выполнять контрольное упражнение – бег 30 м. Уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
8	Метание мяча Перестроение из одной	Правильно выполнять основные движения в метании и в перестроении. Перестраиваться из одной шеренги в две. Метать различные предметы и мячи на дальность с места из различных

	шеренги в две. Игра «Кто дальше бросит».	положений понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
9	Подтягивания на перекладине. Метание мяча на дальность – контрольное упражнение.	Правильно выполнять основные движения в метании; Правильно выполнять основные движения при подтягивании на перекладине. Метать мячи на дальность с места из различных положений Подтягиваться на перекладине. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
10	Свое место в колонне. Челночный бег 3х10 м. п/и «Лисы и куры»	Правильно выполнять основные движения в перестроении, знать свое место в колонне. Выполнять челночный бег. понимать и принимать цели, сформулированные учителем;

		Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
11	<u>Инструктаж по ТБ</u> во время занятий играми. Построение в колонну по одному. Подбрасывание и ловля мяча двумя руками.	ИОТ-014 Правильно выполнять основные движения в перестроении в колонну по одному. Подбрасывать и ловить мячи двумя руками. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями. Подбрасывать и ловить мячи. Перестраиваться в колонну по одному. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
12	Подвижная игра «Быстро встать в строй»	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями Играть в подвижные игры понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

		Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
13	Удары мяча о пол и ловля его одной рукой.	Правильно выполнять основные движения при ударе мяча о пол и ловле его одной рукой. Выполнять удары мяча о пол и ловить его одной рукой. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя применять свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
14	Передача и ловля мяча на месте в парах.	Правильно выполнять передачу и ловлю мяча на месте в парах. Играть в подвижные игры с передачей и ловлей мяча понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

15	Ведение мяча на месте, ловля мяча отскочившего от пола. П/и «Бросай - поймай».	Правильно выполнять ведение мяча на месте и ловлю отскочившего мяча от пол. Играть в подвижные игры, связанные с ловлей и ведением мяча. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
16	Урок-игра. п/и «Бросай - поймай»	Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями мяча. Играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями мяча. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
17	Построение в две шеренги по расчету. Ловля и передача мяча в движении.	Выполнять строевые команды. Ловить и передавать мяч в движении. Играть в подвижные игры с мячом. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
18	Ведение мяча на месте. Основная стойка и передвижения баскетболиста.	Правильно выполнять основную стойку баскетболиста и правильно передвигаться. Ведению мяча на месте. Освоить варианты игры в баскетбол. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление учебных мотивов;
19	Прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием справа и слева от шнура.	Правильно выполнять прыжки на двух ногах с продвижением вперед и перепрыгиванием справа и слева от шнура. Прыжкам на двух ногах в различных позициях. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление учебных мотивов

20	Урок-игра. п/и «Мяч водящему»	Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале . Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
21	Основная стойка и передвижение баскетболиста приставным шагом.	Правильно выполнять стойку баскетболиста и его передвижение приставным шагом. Освоить варианты игры в баскетбол. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
22	Перебрасывание мяча одной рукой и ловля двумя руками. Игра «Мяч водящему».	Правильно выполнять движения при перебрасывании мяча одной рукой и ловить его двумя руками. Освоить варианты игры в баскетбол на основе игры «Мяч водящему» понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы

		Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
23	Ведение мяча стоя на месте, передача и ловля. п/и «Мяч в корзину»	Правильно выполнять движения при ведении мяча стоя на месте, его передаче и ловле. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале . Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
24	Урок-игра. п/и «Бросай - поймай»	Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. Освоить игру «Бросай – поймай» понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

2 четверть.

Гимнастика.

Подвижные игры

25	Инструктаж по ТБ Ходьба и бег парами. Забрасывание мяча в корзину.	ИОТ-014 Правильно выполнять движения при забрасывании мяча в корзину. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. Включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
26	Перебрасывание мяча через шнур двумя руками из-за головы.	Правильно выполнять движения при перебрасывании мяча через шнур двумя руками из-за головы.. Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале. Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
27	Урок-игра «Играй-играй мяч не теряй», «Мяч водящему».	Играть в подвижные игры с бегом, с мячами. Освоить игры: «Играй-играй мяч не теряй», «Мяч водящему». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; задавать вопросы Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
28	<u>Инструктаж по ТБ</u> Правила поведения в гимнастическом зале. Повороты на месте; Ходьба и бег врассыпную и с остановкой по сигналу.	ИОТ-007 Выполнять строевые команды Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности <u>Позн.</u> понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

		Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов.
29	Счет по три и перестроение в три шеренги. Ходьба и бег с перепрыгиванием через предметы.	Выполнять строевые команды, правильно выполнять ходьбу и бег с перепрыгиванием через предметы. Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа
30	Ходьба и бег между предметами, ползание по гимнастической скамейке на животе.	Выполнять строевые команды Выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
31	Упражнения на гимнастической лестнице и ходьба по гимнастической скамейке парами.	Выполнять упражнения на гимнастической лестнице и правильно выполнять ходьбу по гимнастической скамейке парами. Сочетать при кувырке движения ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук. уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу;

		формулировать собственное мнение. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
32	Лазанье по гимнастической лестнице вверх, вниз, влево, вправо. Прыжки через скакалку.	Научиться выполнять движения – лазание по гимнастической лестнице. Прыгать через скакалку. Выполнять упражнения в равновесии понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
33	Прыжки через скакалку. Построение в круг на вытянутые руки.	Научиться правильно выполнять прыжки через скакалку , построению в круг на вытянутые руки. Выполнять упражнения – прыгать через скакалку. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
34	Ходьба на носках и пятках по гимнастической скамейке. Равновесие. Подтягивание, лежа на	Ходить по гимнастической стенке; Выполнять упражнения в равновесии уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию;

	наклонной скамье.	принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу. формулировать собственное мнение; проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
35	Разучить лазанье по наклонной скамейке с опорой на руки. Перелезание через стопку матов.	Лазать по наклонной скамейке с опорой на руки. Перелезание через стопку матов. Выполнять упражнения в равновесии понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
36	Ходьба по уменьшенной площади опоры с сохранением устойчивого равновесия.	Правильно выполнять движения при ходьбе по уменьшенной площади опоры с сохранением устойчивого равновесия. Выполнять упражнения в равновесии понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
37	Прыжки через короткую скакалку на двух ногах. Лазанье по канату произвольным способом.	Правильно выполнять движения- выполнении прыжков через скакалку и при лазании по канату. Выполнять упражнения

		понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
38	ОРУ с малыми мячами. Перестроения в три шеренги.	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр Освоить варианты игры в баскетбол понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
39	ОРУ с гимнастической палкой. Повороты кругом стоя и при ходьбе на носках.	Научиться выполнять строевые упражнения. Правильно выполнять ОРУ с гимнастической палкой. Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
40	Упражнения на равновесие. п/и «Два мороза»	Правильно выполнять упражнения на равновесие. Освоить игру «Два мороза»

		понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
41	Кувырок вперед из упора присев.	Научиться правильно выполнять кувырок вперед из упора присев. Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
42	Кувырок вперед из упора присев. Стойка на лопатках с поддержкой, согнув ноги.	Научиться правильно выполнять стойку на лопатках с поддержкой согнув ноги Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
43	Ходьба по гимнастической скамейке, перешагивание через набивные мячи. Лазанье по канату.	Научиться ходьбе по гимнастической скамейке. Перешагиванию через набивные мячи, лазанию по канату. Выполнять упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;

		Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
44	ОРУ с гимнастической палкой. Кувырок вперед. Полоса препятствий.	Правильно выполнять кувырок вперед Освоить технику выполнения кувырка вперед. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
45	ОРУ со скакалкой. Разучить «Мост» лежа на спине (со страховкой).	Разучить «Мост» лежа на спине (со страховкой). Освоить технику выполнения «Моста» лежа на спине понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
46	Акробатика: «Мост» и стойка на лопатках. П/и «Прыгающие воробушки».	Разучить «Мост» и стойку на лопатках. Освоить технику выполнения «Моста» и стойки на лопатках. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
47	Мальчики: подтягивание в висе на перекладине; девочки - подтягивание в висе лежа. Подвижная игра: «У медведя во бору»	Разучить подтягивание в висе на перекладине (мальчики); девочки - подтягивание в висе лежа Освоить акробатические упражнения. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
48	Строевые упражнения. П/и «Через кочки и пенечки».	Закрепить умения выполнять строевые упражнения. Освоить строевые упражнения понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

3 четверть. Лыжная подготовка.		
49	<u>Инструктаж по ТБ</u> Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Переноска лыж способом под руку; надевание лыж.	ИОТ-008 Правильно переносить лыжи Правильно ухаживать за лыжами уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
50	Повороты на месте переступанием вокруг пяток лыж. Передвижение скользящим шагом без палок.	Передвигаться на лыжах скользящим шагом без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем;

		Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
51	Передвижение скользящим шагом 30 м. Игра «Слушай сигнал».	Передвигаться на лыжах Передвигаться на лыжах понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
52	Передвижение по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. Игра «Шире шаг».	Передвигаться на лыжах по кругу, чередуя ступающий и скользящий шаг. Передвигаться на лыжах понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
53	Ступающий шаг с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега ступающим шагом	Передвигаться на лыжах ступающим шагом с широкими размахиваниями руками; с небольшого разбега ступающим шагом длительное скольжение Передвигаться на лыжах уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную

	длительное скольжение на одной лыже.	информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
54	Передвижение под пологий уклон скользящим шагом без палок.	Передвигаться на лыжах под пологий уклон скользящим шагом без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
55	Передвижение скользящим шагом без палок-30 м, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню.	Передвигаться на лыжах скользящим шагом без палок-30 м, с палками по кругу, обгоняя с переходом на соседнюю лыжню. Передвигаться на лыжах уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;

56	Передвижение скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе. Игра – эстафета «Кто самый быстрый?»	Передвигаться на лыжах скользящим шагом с палками до 500 м в умеренном темпе Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
57	Повороты переступанием вокруг носков.	Передвигаться на лыжах переступанием вокруг носков Передвигаться на лыжах уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
58	Подъем ступающим шагом.	Передвигаться на лыжах, выполнять подъем ступающим шагом Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу

		Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
59	Повороты переступанием. п/и «По местам».	Передвигаться на лыжах, выполнять повороты переступанием. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
60	Спуски в высокой стойке. Игра «Салки».	Передвигаться на лыжах, выполнять Спуски в высокой стойке. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

61	Подъем «лесенкой». п/и «Слушай сигнал»	Передвигаться на лыжах, выполнять Подъем «лесенкой». Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
62	Спуски в низкой стойке. п/и «Слушай сигнал».	Передвигаться на лыжах, выполнять Спуски в низкой стойке. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
63	Попеременный двухшажный ход без палок. П/и «У кого красивее	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок. Передвигаться на лыжах

	снежинка».	понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
64	Попеременный двухшажный ход без палок. П/и «Шире шаг».	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
65	Подъемы и спуски с небольших склонов	Передвигаться на лыжах, выполнять Подъемы и спуски с небольших склонов. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

		Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
66	Попеременный двухшажный ход без палок. п/и «Салки с домом».	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
67	Попеременный двухшажный ход с палками под уклон. П/и «Накаты».	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

68	Попеременный двухшажный ход с палками под уклон.	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход без палок Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
69	Подъемы и спуски с небольших склонов	Передвигаться на лыжах, выполнять Подъемы и спуски с небольших склонов. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
70	Повороты переступанием	Передвигаться на лыжах, выполнять повороты переступанием. Передвигаться на лыжах

		понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
71	Попеременный двухшажный ход с палками.	Передвигаться на лыжах, выполнять попеременный двухшажный ход с палками. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
72	Приемы самоконтроля при занятиях лыжами. П/и «Снежные снайперы».	Передвигаться на лыжах, учиться самоконтролю при занятиях лыжами. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о

		качествах хорошего ученика;
73	Переноска лыж на плече. Игры на лыжах.	Передвигаться на лыжах, правильно выполнять Переноску лыж на плече. Передвигаться на лыжах. Освоить игры на лыжах. понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
74	Передвижение на лыжах до 1,5 км П/и «Снежные снайперы».	Передвигаться на лыжах, выполнять передвижение на лыжах до 1,5 км Передвигаться на лыжах. Освоить игру «Снежные снайперы». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о

		качествах хорошего ученика;
75	Спуски в низкой стойке. Передвижение на лыжах до 1,5 км	Передвигаться на лыжах, выполнять спуски в низкой стойке, передвигаться на лыжах до 1,5 км Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
76	Подъемы и спуски с небольших склонов При тёплой погоде уроки 76-78 заменить на подвижные игры на свежем воздухе или эстафеты	Передвигаться на лыжах, выполнять подъемы и спуски с небольших склонов. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
77	Передвижение на лыжах до 1,5 км.	Передвигаться на лыжах, выполнять передвижение на лыжах до 1,5 км

	П/и «Кто быстрее?»	Передвигаться на лыжах. Освоить игру «Кто быстрее?» понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
78	Прохождение дистанции 1,5 км в умеренном темпе.	Передвигаться на лыжах, пройти дистанцию 1,5 км в умеренном темпе. Передвигаться на лыжах понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
4 четверть. Подвижные и спортивные игры. Легкая атлетика.		
79	<u>Инструктаж по ТБ</u>	ИОТ-014 Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр;

	Стойка и перемещение в стойке на согнутых в коленном суставе ногах. «Играй-играй мяч не теряй».	Освоить игру - «Играй-играй мяч не теряй». уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
80	Перемещения в шаге и беге, прыжок вверх толчком двумя ногами. «Мяч водящему».	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
81	Ловля и передача мяча двумя руками от груди; двумя руками с отскоком от пола. П/и «У кого меньше мячей».	Владеть мячом: держание, передачи на расстояние, ловля, ведение, броски в процессе подвижных игр; Играть в мини-баскетбол понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

		Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
82	Перемещения: ловля и передача мяча двумя руками от груди, после подбрасывания над собой. п/и «Передал -садись».	Попадать по мячу. Вести мяч в движении. Освоить игру «Передал -садись». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
83	Передача и ловля мяча от груди на месте партнеру, после перемещения в эстафетах и подвижных играх.	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Закрепить игру «Передал -садись». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
84	Бег с остановками в шаге, с изменением направления движения. П./и «Передал -садись».	Бегать с остановками в шаге, с изменением направления движения. Вести мяч в движении. Закрепить игру «Передал -садись». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя;

		Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
85	Ловля мяча на месте в паре. п/и «Играй-играй мяч не теряй».	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Освоить игру «Играй-играй мяч не теряй». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
86	Игра: «Попади в обруч», «Мяч соседу».	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Освоить игры «Попади в обруч», «Мяч соседу». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
87	Игры «Пятнашки с освобождением», «Играй-играй мяч не теряй».	Передавать и ловить мяч от груди на месте. Вести мяч в движении. Освоить игры

		«Пятнашки с освобождением», «Играй-играй мяч не теряй». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
88	Передвижение по прямой: свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу).	Передвигаться по прямой: выполнять свободный бег, ускорение, свободный бег (по звуковому сигналу). Закрепить игру «Играй-играй мяч не теряй». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
89	Остановка в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. П/и «Мяч соседу».	Правильно выполнять остановку в широком шаге по сигналу при беге в среднем темпе. Закрепить игру: «Мяч соседу». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
90	О.Р.У. с мячом. Передачи в колоннах двумя руками ,	Передавать мяч в колоннах двумя руками , одной слева, одной справа

	одной слева, одной справа.	Освоить технику выполнения передачи мяча. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
91	Эстафеты с ведением и передачей мяча. Игра «Школа мяча»	Выполнять упражнения с передачей мяча. Освоить игру «Школа мяча» понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы. Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
92	Техника безопасности при беге, метаниях и прыжках. Прыжки через скакалку.	ИОТ-012 Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; прыгать через скакалку. Бегать с максимальной скоростью, выполнять прыжки через скакалку. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
93	Бег на 30м с высокого старта; поднимание и опускание туловища за	Правильно выполнять основные движения в ходьбе и беге; бегать с высокого старта. Максимальной скоростью до 30 м.

	30секунд	Поднимать и опускать туловища за 30секунд уметь использовать наглядные модели; Находит ответы на вопросы, используя свой собственный опыт и различную информацию; принимать учебную задачу; осуществлять контроль по образцу; формулировать собственное мнение; Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий; проявление учебных мотивов;
94	Прыжок в длину с места. Челночный бег 3х10 м. Игра «К своим флажкам».	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Прыгать в полную силу понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
95	Челночный бег 3х10 м. Прыжок в длину с места. «Рыбаки и рыбки», «Невод».	Правильно выполнять основные движения в прыжках Прыгать в полную силу. Освоить игры: «Рыбаки и рыбки», «Невод». понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном

		материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
96	Многоскоки с ноги на ногу. Наклон вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Прыжок в длину с места.	Правильно выполнять основные движения в прыжках, наклоны вперед из положения сед на полу; сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Прыгать в полную силу. понимание и принятие цели. включаться в творческую деятельность под руководством учителя; Принимать и сохранять учебную задачу; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем; <u>Коммун.</u> задавать вопросы; Проявление учебных мотивов; предпочтение уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа
97	Прыжок в длину с разбега с мягким приземлением на обе ноги. Челночный бег (3х10 м). П/и «Лисы и куры».	Правильно выполнять основные движения в прыжках; Прыгать в полную силу. Освоить игру «Лисы и куры» понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
98	Бег 30 м.	Правильно выполнять основные движения в прыжках

	Прыжки в длину с разбега (отталкиваться одной, приземляться на обе ноги). п/и «Пятнашки», «Попрыгунчики-воробушки».	Прыгать в полную силу. Освоить игры: «Пятнашки», «Попрыгунчики-воробушки». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
99	Прыжки в длину с разбега (обратить внимание на отталкивание одной ногой). Подвижная игра «Круг-кружочек».	Правильно выполнять основные движения в прыжках Прыгать в полную силу. Освоить игру: «Круг-кружочек». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
100	Бег на 500 м в умеренном темпе. П/и «Так и так».	Правильно выполнять основные движения в беге на 500 м в умеренном темпе. Бегать в умеренном темпе. Освоить игру: «Так и так». понимать и принимать цели, сформулированные учителем;

		Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
101	Бег 500 м без учета времени. П/ и «К своим флажкам».	Правильно выполнять основные движения в беге на 500 м в умеренном темпе. Бегать в умеренном темпе без учета времени. Закрепить игру: «К своим флажкам». понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;
102	Соревнования. «Охотник и утки», «Воробы и ворона».	Активно участвовать в соревнованиях. Играть в подвижные игры понимать и принимать цели, сформулированные учителем; Принимать и сохранять учебную задачу Договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Ориентация на содержательные моменты школьной действительности и адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика;

(Приложение 1)

№ п/п	Темы при изменении климатических условий	Кол-во часов	Примечания
1	Размыкание и смыкание приставными шагами	1	
2	Упражнения с гимнастическими палками. Эстафеты.	1	
3	Перестроение из колонны по одному в колонну по два	1	
4	Совершенствование упражнений с предметами. Игры.	1	
5	Передвижение в колонне по одному на указанные ориентиры	1	
6	Сгибание и разгибание рук в упоре. Эстафеты.	1	
7	П/игра на совершенствование навыков в прыжках: «Зайцы в огороде».	1	
8	П/игра на совершенствование навыков в прыжках: «Лисы и куры».	1	
9	П/игра на совершенствование навыков бега: « К своим флажкам».	1	
10	П/игра на совершенствование навыков бега: «Пятнашки».	1	
11	П/игра на совершенствование навыков метаний: « Кто дальше бросит».	1	
12	П/игра на совершенствование навыков метаний: «Точный расчет».	1	
13	П/игра на совершенствование навыков ловли и передачи мяча: « Играй, играй, мяч не теряй».	1	

14	П/игра на совершенствование навыков ловли и передачи мяча: «Мяч водящему».	1	
15	Подвижные игры с прыжками: «Прыгающие воробушки», «Лисы и куры».	1	
16	Подвижные игры с прыжками и бегом: «Зайцы в огороде», «Лисы и куры».	1	
17	Подвижные игры с мячом: «Кто дальше бросит».	1	
18	Ведение мяча с изменением направления.	1	
19	Передача мяча в движении. «Охотники и утки».	1	
20	Ловля и передача мяча на месте в парах.	1	
21	Ловля и передача мяча на месте и с шага.	1	
22	Игры с ловлей, передачей, ведением мяча.	1	
23	Игры с ловлей, передачей, ведением мяча: «Играй, играй, мяч не теряй».	1	
24	Подвижные игры с бегом: «Пятнашки», «Два Мороза».	1	
25	ОРУ. Ловля и передача мяча. мяча.	1	
26	ОРУ. Ловля и передача мяча в парах. Игра «Школа мяча».	1	
27	ОРУ. Броски мяча. Игра «Попади в обруч».	1	
28	Броски в кольцо. Игра «Мяч в корзину».	1	
29	Броски мяча с места, с шага. Эстафеты с мячами.	1	

ОЦЕНКА ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ

При выполнении минимальных требований к подготовленности учащиеся получают положительную оценку по предмету «Физическая культура». Градация положительной оценки («3», «4», «5») зависит от полноты и глубины знаний, правильности выполнения двигательных действий и уровня физической подготовленности.

. По основам знаний

Оценивая знания учащихся, надо учитывать глубину и полноту знаний, аргументированность их изложения, умение учащихся использовать знания применительно к конкретным случаям и практическим занятиям физическими упражнениями.

- Оценка «5» выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя примеры из практики, своего опыта.
- Оценка «4» ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.
- Оценку «3» учащиеся получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в материале, нет должной аргументации и умения использовать знания в своем опыте.

С целью проверки знаний используются различные методы.

Метод опроса применяется в устной и письменной форме в паузах между выполнением упражнений, до начала и после выполнения заданий. Не рекомендуется использовать данный метод после значительных физических нагрузок.

Программированный метод заключается в том, что учащиеся получают карточки с вопросами и веером ответов на них. Учащийся должен выбрать правильный ответ. Метод экономичен в проведении и позволяет осуществлять опрос фронтально.

Весьма эффективным методом проверки знаний является демонстрация их учащимися в конкретной деятельности. Например, изложение знаний упражнений по развитию силы учащиеся сопровождают выполнением конкретного комплекса и т.п.

По технике владения двигательными действиями (умениями, навыками).

- Оценка «5» — двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и четко.

- Оценка «4» — двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и четко, наблюдается некоторая скованность движений.
- Оценка «3» — двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряженному выполнению.

Основными методами оценки техники владения двигательными действиями являются методы наблюдения, вызова, упражнений и комбинированный.

Метод открытого наблюдения заключается в том, что учащиеся знают, кого и что будет оценивать учитель. Скрытое наблюдение состоит в том, что учащимся известно лишь то, что учитель будет вести наблюдение за определенными видами двигательных действий.

Вызов как метод оценки используется для выявления достижений отдельных учащихся в усвоении программного материала и демонстрации классу образцов правильного выполнения двигательного действия.

Метод упражнений предназначен для проверки уровня владения отдельными умениями и навыками, качества выполнения домашних заданий.

Суть комбинированного метода состоит в том, что учитель одновременно с проверкой знаний оценивает качество освоения техники соответствующих двигательных действий.

Данные методы можно применять и индивидуально, и фронтально, когда одновременно оценивается большая группа или класс в целом.

По уровню физической подготовленности.

Оценивая уровень физической подготовленности, следует принимать во внимание реальные сдвиги учащихся в показателях физической подготовленности за определенный период времени. При оценке сдвигов в показателях развития определенных физических качеств учитель должен принимать во внимание особенности развития двигательных способностей, динамику их изменения у детей определенного возраста, исходный уровень достижений конкретных учащихся. При прогнозировании прироста скоростных способностей, являющихся наиболее консервативными в развитии, не следует планировать больших сдвигов. Напротив, при прогнозировании показателей выносливости в беге умеренной интенсивности, а также силовой выносливости темпы прироста могут быть довольно высокими.

При оценке темпов прироста на отметку «5», «4», «3» учитель должен исходить из вышеприведенных аргументов, поскольку в каждом конкретном случае прогнозирование этих темпов осуществить невозможно. Задания учителя по улучшению показателей физической подготовленности

должны представлять для учащихся определенную трудность, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления учащимся высокой оценки.

Итоговая оценка успеваемости по физической культуре складывается из суммы баллов, полученных учащимся за все составляющие: знания, двигательные умения и навыки, умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность, сдвиги в показателях физической подготовленности. При этом преимущественное значение имеют оценки за умение осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Учащиеся, отнесенные по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий, которые им противопоказаны по состоянию здоровья.

Учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, оцениваются по овладению ими разделом «Основы знаний», умениями осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и доступные им двигательные действия.