

Муниципальное общеобразовательное учреждение
« Средняя общеобразовательная школа
с.Агафоновка Питерского района Саратовской области»

« Согласовано»

Зам.директора по УВР

_____ Лобачёва В.А.

« 31 » августа 2015г.



Рабочая программа
по учебному курсу « Физическая культура»
для 1 класса
на 2015-2016 учебный год
УМК « Школа России»
Количество часов в год – 99 (3 часа в неделю)

Разработчик: Краюхина И.Н.

учитель начальных классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, программы В.И. Ляха, А.А. Зданевича (2013г);

Общая характеристика учебного предмета

Основная **цель программы**: формирование здорового образа жизни, привлечение детей к систематическим занятиям спортом, укрепления здоровья и всестороннее физическое развитие.

Достижение поставленной цели связывается с **решением следующих задач**:

1. укрепить здоровье, улучшить осанку, профилактика плоскостопия, содействовать гармоническому, физическому развитию;
2. овладеть школой движений;
3. развить координационные и кондиционные способности;
4. формировать элементарные знания о личной гигиене;
5. выработать представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
6. приобщить к самостоятельным занятиям физическими упражнениями;
7. воспитать дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогике сотрудничества* — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии.

Место учебного предмета в учебном плане

На изучение предмета отводится 3 ч в неделю, всего 99 часов в год.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

- 1) формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- 2) формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- 3) развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- 4) развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- 5) развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- 6) развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- 7) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- 8) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- 1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- 2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- 3) определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;

осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

4) готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

5) овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;

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

Предметные результаты

1) формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;

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

3) формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Ученик должен **демонстрировать**:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 метров с высокого старта, с.	6.5	7.0
Силовые	Прыжок в длину, м.	130	125
К выносливости	Бег 1000 м.	Без учета времени	
К координации	Челночный бег 3х10 м.,с.	11.0	11.5

Содержание курса

Содержание программного материала состоит из шести разделов:

1. Основы знаний о физической культуре -12 ч.

2. Подвижные игры – 29 ч.

3. Гимнастика с элементами акробатики - 14 ч.

4. Легкоатлетические упражнения – 24 ч.

6. Элементы баскетбола и волейбола – 20 ч.

Тематическое планирование по физической культуре.

№ п/п	№ п/п в четв.	Тема урока	Тип урока	Характеристика основной деятельности ученика	дата	
					план	факт
I – четверть (27 ч.)						
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
1.	1.	Урок – сказка «Понятие о физической культуре. Правила по технике безопасности на уроках физической культуры». Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Игра «Пингвины с мячом».	Вводный урок	Определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Определять ситуации, требующие применения правил предупреждения травматизма.		
Легкая атлетика – 12 ч.						
2.	1.	Урок – путешествие. «Ходьба обычная, на носках, на пятках, в полуприседе, с различным положением рук под счет коротким, средним и длинным шагом». Игра «Быстро по своим местам». Правила по технике безопасности на уроках лёгкой атлетики.	Комбинированный	Различать разные виды ходьбы. Осваивать ходьбу под счет, под ритмический рисунок.		
3.	2.	Спортивный калейдоскоп. Сочетание различных видов ходьбы. Игра «Слушай сигнал».	Комбинированный	Моделировать сочетание различных видов ходьбы. Осваивать умение использовать положение рук и длину шага во время ходьбы.		
4.	3.	Спортивный марафон. Обычный бег, бег с изменением направления движения. Бег в чередовании с ходьбой. Игра «Кошки - мышки». Игра «Вызов». Развитие скоростных качеств.	Комбинированный	Различать разные виды бега, уметь менять направление во время бега, оценивать свое состояние.		
5.	4.	Спортивный марафон. «Бег с преодолением препятствий». Игра «С кочки на кочку». ОРУ. Игра «Два Мороза». Развитие скоростно-силовых качеств.	Комбинированный	Научиться общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Выявлять характер зависимости частоты сердечных сокращений от особенностей		

				выполнения физических упражнений.		
6.	5.	Спортивный марафон. Бег по размеченным участкам дорожки. ОРУ. Игра «У ребят порядок строгий». Развитие скоростно-силовых качеств.	Комбинированный	Осваивать высокий старт, умение стартовать по сигналу учителя. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.		
7.	6.	Урок – игра Челночный бег. Игра «Ястреб и утка». ОРУ. Развитие выносливости. Понятие скорость бега.	Изучение нового материала	Знакомство с челночным бегом. Освоение правил выполнения. Проявлять качества выносливости при выполнении челночного бега.		
8.	7.	Спортивный марафон «Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин». ОРУ. Подвижная игра «Кто быстрее встанет в круг?»	Комбинированный	Развитие выносливости, умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.		
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
9.	2.	Режим дня и личная гигиена. Подвижные игры во время прогулок: правила организации и проведения игр, выбор одежды и инвентаря. Игра «Шишки-желуди-орехи».	Изучение нового материала	Определять состав спортивной одежды в зависимости от времени года и погодных условий. Развитие познавательной получение знаний о природе (медико-биологические основы деятельности), знаний о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знаний об обществе (историко-социологические основы деятельности). Составлять индивидуальный режим дня. Соблюдать личную гигиену.		
10.	8.	Эстафеты. Бег с ускорением. Игра «Быстро в круг». ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств.	Комбинированный	Развитие выносливости, умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики		
11.	9.	Броски большого мяча на дальность двумя руками	Изучение нового	Знакомство с броском большого мяча на		

		из-за головы. ОРУ. Игра «Воробьи и вороны». Развитие скоростно-силовых качеств. ТБ при метании набивного мяча.	материала	дальность из-за головы двумя руками. Освоение правил выполнения.		
12.	10	Спортивный марафон «Совершенствование навыков бега. Медленный бег до 3 мин». Подвижная игра «Невод».	Комбинированный	Развитие выносливости, умения распределять силы. Умение чередовать бег с ходьбой. Осваивать навыки по самостоятельному выполнению упражнений дыхательной гимнастики.		
13.	11.	Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай». Развитие координации.	Комбинированный	Продемонстрировать полученные навыки в течение первой четверти. Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.		
14.	12.	Прыжок в длину с места, с разбега, с отталкиванием одной и приземлением на две. Эстафеты. ОРУ. Игра «Мышеловка». Развитие прыжковых качеств.	Совершенствование			
Подвижные игры – 12 ч.						
15.	1.	Игры на закрепление и совершенствование навыков бега (разучивание игры «К своим флажкам»). Правила по технике безопасности на уроках подвижных и спортивных игр.	Вводный	Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности. Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами. Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу		
16.	2.	Игры на закрепление и совершенствование развития скоростных способностей (разучивание игры «Пятнашки»).	Комбинированный			
17.	3.	Игры на закрепление и совершенствование навыков в прыжках (разучивание игры «Прыгающие воробушки»).	Комбинированный			
18.	4.	Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (игра «Кто дальше бросит», «Метко в цель»).	Комбинированный			
19.	5.	Игры на закрепление и совершенствование метаний на дальность и точность (игра «Точный расчет»).	Совершенствование			
20.	6.	Урок – путешествие «Упражнения на внимание». Подвижная игра «Охотники и утки».	Изучение нового материала			

21.	7.	Спортивный калейдоскоп «Упражнения на ловкость и координацию». Подвижная игра «Удочка».	Комбинированный	при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры. Моделировать игровые ситуации.		
22.	8.	Ведение и передача баскетбольного мяча. Подвижная игра «Круговая охота».	Изучение нового материала	Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.		
23.	9.	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал — садись».	Комбинированный			
24.	10.	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Передал — садись».	Комбинированный			
25.	11.	Подвижные игры с баскетбольным мячом. Подвижная игра «Не давай мяча водящему».	Комбинированный			
26.	12.	Спортивный марафон «Внимание, на старт». Игра «Капитаны».	Комбинированный			
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
27.	3.	Ходьба, бег, прыжки, лазанье и ползание, ходьба на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки и развития мышц туловища. Игра «Не давай мяча водящему».	Изучение нового материала	Развитие познавательной активности: получение знаний о природе (медико-биологические основы деятельности), знаний о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знаний об обществе (историко-социологические основы деятельности).		
II – четверть (21 ч.)						
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
28.	1.	Урок – путешествие «Возникновение первых соревнований. Зарождение Олимпийских игр». Подвижная игра «Горелки».	Изучение нового материала	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Понимать и раскрывать связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью человека.		

Гимнастика с элементами акробатики – 14 ч.						
29.	1.	Строевые команды. Построения и перестроения. Игра «Класс, смирно!». Правила по технике безопасности на уроках гимнастики с элементами акробатики. Игра «Змейка».	Вводный урок	Различать и выполнять строевые команды: «Смирно!», «Вольно!», «Шагом марш!», «На месте!», «Равняйся!», «Стой!». Освоение универсальных умений по самостоятельному выполнению упражнений по строевой подготовке.		
30.	2.	«Группировка, перекаты в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях». Подвижная игра «Иголка и нитка».	Изучение нового материала	Осваивать универсальные умения по выполнению группировки и перекатов в группировке лежа на животе и из упора стоя на коленях. Описывать технику разучиваемых упражнений.		
31.	3.	«Кувырок вперед в упор присев». Подвижная игра «Тройка».	Изучение нового материала	Осваивать технику кувырка вперед в упор присев. Выявлять характерные ошибки в выполнении кувырка вперед в упор присев. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатического упражнения.		
32.	4.	Гимнастический мост из положения лежа на спине. Игра «Раки».	Изучение нового материала	Осваивать технику выполнения гимнастического моста из положения лежа на спине. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах т группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Соблюдать правила техники безопасности.		
33.	5.	Стойка на лопатках. Игра «Через холодный ручей».	Изучение нового материала	Осваивать технику выполнения стойки на лопатках. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.		
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
34.	2.	Урок – викторина «Основные способы передвижения. Представление о физических упражнениях». Ходьба, бег, прыжки, лазанье, ползание, как жизненно важные способы	Изучение нового материала	Выявлять различия в основных способах передвижения человека. Различать упражнения по воздействию на развитие основных физических качеств		

		передвижения человека; Правила предупреждения травматизма Подвижная игра «Петрушка на скамейке».		(сила, быстрота, выносливость).		
35.	6.	Стойка на носках, на одной ноге (на полу и гимнастической скамейке), ходьба по гимнастической скамейке, повороты на 90°. Подвижная игра «Пройди бесшумно».	Комбинированный	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).		
36.	7.	Передвижения по гимнастической стенке. Игра «Конники-спортсмены».	Изучение нового материала	Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастической стенке. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении упражнений на гимнастической стенке.		
37.	8.	Урок – соревнование «Лазание по гимнастической скамейке. Подтягивание лежа на животе по горизонтальной скамейке». Подвижная игра «Отгадай, чей голос».	Изучение нового материала	Освоить технику лазания по гимнастической скамейке различными способами. Проявлять качества силы, координации, выносливости при выполнении лазания по гимнастической скамейке. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.		
38.	9.	Перелезание через гимнастического коня. Игра «Не урони мешочек».	Изучение нового материала	Освоить технику перелезания через гимнастического козла. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении перелезания через гимнастического коня. Познакомиться с техникой выполнения опорного прыжка.		
39.	10.	Урок – соревнование «Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания». Подвижная игра «Посадка картофеля».	Комбинированный	Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. Продемонстрировать полученные навыки выполнения гимнастических упражнений с элементами лазанья и перелезания. Соблюдать правила техники		

				безопасности.		
40.	11.	Акробатические комбинации. Игра «Парашютисты».	Совершенствование	Продемонстрировать умение выполнять акробатические комбинации. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при выполнении акробатических комбинаций. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении акробатических комбинаций.		
41.	12.	ОРУ с гимнастической палкой. Подвижная игра «Охотники и утки».	Изучение нового материала	Освоить упражнения с гимнастической палкой. Отбирать и составлять комплексы упражнений с гимнастической палкой для утренней зарядки и физкультминуток. Характеризовать влияние общеразвивающих упражнений на организм		
42.	13.	Основная стойка. Построение в шеренгу и колону по одному. Группировка. Перекаты в группировке, лежа на животе и из упора стоя на коленях. Игра «Медвежата за медом». Развитие координационных способностей. Название основных гимнастических снарядов.	Комбинированный			
43.	14.	Лазание по гимнастической стенке и канату. Лазание по гимнастической стенке в упоре присев. Подтягивание лежа на животе по гимнастической скамейке. Перелезание через горку матов. ОРУ в движении. Перелезание через коня. Игра «Кузнечики». Развитие силовых качеств	Комбинированный	Проявлять качества координации при выполнении упражнений. Выявлять характерные ошибки в выполнении упражнений. Осваивать технику выполнения упражнений на гимнастических снарядах (гимнастическая скамейка).		
Подвижные игры – 4 ч.						
44.	1.	Гимнастика с основами акробатики: «У медведя во бору», «Бой петухов».				
45.	2.	Гимнастика с основами акробатики: «Салки-				

		догонялки», «Змейка»				
46.	3.	Гимнастика с основами акробатики: «Пройди бесшумно», «Через холодный ручей».	Комбинированный	Проявлять качества силы, координации и выносливости. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время проведения подвижных игр.		
47.	4.	Эстафета «Веселые старты». Вербочка под ногами», «Эстафета с обручами». Подвижная игра «Догонялки на марше».				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
48.	1.	Урок – игра. Основные физические качества (сила, быстрота, выносливость, гибкость, равновесие). Игра «Слушай сигнал».	Изучение нового материала	Характеризовать показатели физического развития, физической подготовки.		
III – четверть (27 ч.)						
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
49.	1.	Способы самоконтроля. Дыхание при ходьбе.	Изучение нового материала	Осваивать способы самоконтроля. Иметь понятия правильного дыхания при ходьбе.		
Волейбол – 10 ч.						
50.	1.	Специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.	Вводный урок	Осваивать технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.		
51.	2.	Специальные движения — подбрасывание мяча на заданную высоту и расстояние от туловища.	Изучение нового материала.			
52.	3.	Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче.	Изучение нового материала.			
53.	4.	Подводящие упражнения для обучения прямой нижней и боковой подаче.	Комбинированный.			
54.	5.	Урок-соревнование.	Комбинированный			

Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.

55.	2.	Историческое путешествие «Зарождение древних Олимпийских игр». Игра «»	Изучение нового материала	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Освоить материал о зарождении олимпийских игр.		
56.	6.	Подвижные игры: «Волна»	Изучение нового материала	Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.		
57.	7.	Подвижные игры: «Неудобный бросок».	Комбинированный			
58.	8.	Подвижные игры: «Гонка мячей», «Метко в цель».	Совершенствование	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Моделировать игровые ситуации. Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими.	4.02	
59.	9.	Подвижные игры: ««Слалом с мячом».			16.02	
60.	10.	Подвижные игры: «Футбольный бильярд», «Бросок ногой».			17.02	
			Баскетбол – 10 ч.			
61.	11.	Ловля мяча на месте и в движении.	Изучение нового материала	Называть правила подвижных игр и выполнять их в процессе игровой деятельности.	18.02	
62.	12.	Ловля мяча, низко летящего и летящего на уровне головы.	Изучение нового материала		24.02	
63.	13.	Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч снизу, мяч у груди, мяч сзади за головой).	Изучение нового материала	Выполнять игровые действия в условиях учебной и игровой деятельности. Подготавливать площадки для проведения подвижных игр в соответствии с их правилами.	25.02	
64.	14.	Броски мяча двумя руками стоя на месте (мяч сзади за головой).			2.03	
65.	15.	Передача мяча (снизу, от груди).			3.03	
66.	16.	Передача мяча (от плеча).	Изучение нового материала	Проявлять смелость, волю, решительность, активность и инициативу при решении вариативных задач, возникающих в процессе игры.	4.03	
67.	17.	Специальные передвижения без мяча в стойке баскетболиста, приставными шагами правым и левым боком.	Изучение нового материала		10	
68.	18.	Подвижные игры: «Выстрел в небо».	Комбинированный	Моделировать игровые ситуации.	11	
69.	19.	Подвижные игры: «Охотники и утки».	Комбинированный		16	
70.	20.	Подвижные игры: «Брось — поймай».	Комбинированный		17	

				Регулировать эмоции в процессе игровой деятельности, уметь управлять ими. Общаться и взаимодействовать со сверстниками в условиях игровой деятельности.		
Подвижные игры – 4 ч.						
71.	1.	Подвижные игры: «У медведя во бору», «Раки».	Комбинированный	Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.	18	
72.	2.	Подвижные игры: «Тройка», «Бой петухов».			31	
73.	3.	Подвижные игры: «Совушка», «Салки-догонялки».			1.04	
74.	4.	Подвижные игры: «Змейка», «Не урони мешочек», «Через холодный ручей».				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
75.	3.	Влияние физических упражнений на осанку. Приемы закаливания. Понятие обморожение.	Изучение нового материала	Понимать значения физических упражнений на формирование осанки. Осваивать приемы закаливания и оценивать свое состояние после закаливания. Иметь понятия об обморожениях.		
IV – четверть (24 ч.)						
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
76.	1.	Историческое путешествие «Зарождение физической культуры на территории Древней Руси».	Изучение нового материала.	Пересказывать тексты по истории физической культуры. Освоить материал о зарождении физической культуры на территории Древней Руси.		
Легкая атлетика – 12 ч.						
77.	1.	Бег на 30 метров. Прыжки в длину с разбега. Подвижная игра «Ловишка». ТБ во время прыжка в длину.	Изучение нового материала.	Осваивать технику бега различными способами.		

78.	2.	Бег на 60 метров. Прыжки в длину с разбега.	Комбинированный Совершенствование	Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Различать разновидности беговых заданий. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений, при метании мяча		
79.	3.	Прыжки в длину с разбега.				
80.	4.	Прыжки в длину с разбега.				
81.	5.	Бег. Метание на дальность.				
82.	6.	Бег. Метание на дальность.				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
83.	2.	Прыжки со скакалкой. Подвижная игра «Кот и мыши».	Комбинированный	Выполнять самостоятельно упражнения по разделу легкоатлетические упражнения.		
84.	7.	Игры с использованием скакалки. Подвижная игра «Невод».				
85.	8.	Прыжок в высоту. «Челночный» бег.				
86.	9.	Прыжок в высоту. «Челночный» бег.				
87.	10.	Кроссовая подготовка.				
88.	11.	Кроссовая подготовка.				
89.	12.	Кроссовая подготовка.				
Подвижные игры – 9 ч.						
90.	1.	Эстафеты с мячами. Игра «Бросай поймай» . Развитие координации		Объяснять пользу подвижных игр. Использовать подвижные игры для организации активного отдыха и досуга. Выбирать для проведения подвижных игр водящего и капитана команды. Распределяться на команды с помощью считалочек.		
91.	2.	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.				
92.	3.	Эстафеты. ОРУ. Игра «Пятнашки». Развитие прыжковых качеств.				
93.	4.	Игра «Воробьи и вороны». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.				
94.	5.	Игра «Третий лишний». ОРУ. Развитие выносливости.				
95.	6.	Игра «Пятнашки» Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.				
96.	6.	Игра «Воробьи и вороны». ОРУ. Развитие выносливости.				
97.	8.	ОРУ в движении. Игры: «Лисы и куры», «Точный				

		расчет». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых качеств.				
98.	9.	Эстафеты. Развитие координации.				
Основы знаний о физической культуре, способы физкультурной деятельности – 1 ч.						
99.	3.	Правила поведения при купании в водоемах во время летних каникул.			Соблюдать правила поведения при купании в открытых водоемах.	