



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа № 59 Приморского района Санкт – Петербурга

«Рекомендована к использованию»  
на заседании методического  
объединения учителей начальных классов

Протокол № 5 от «05» июня 2023г.

 Руководитель  
методического объединения  
*Козлова Лариса Ростиславовна*

«Согласовано»  
Зам. директора по УВР  
  
*Ясюченя  
Татьяна Александровна*  
«05» июня 2023г.

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ школа №59  
  
*Морозова  
Татьяна Аркадьевна*  
Приказ от 05.06.2023 №37

**Рабочая программа по предмету  
«Физическая культура»  
Базовый уровень  
для 4 «А» классов**

Составитель: учитель физической культуры Юхова Алёна Владимировна  
(педагогический стаж – 4 года)

Санкт-Петербург

2023-2024 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Место учебного предмета в учебном плане

**Рабочая программа по предмету «Физическая культура»** для 4 класса составлена в соответствии с адаптированной основной образовательной программой начального общего образования (далее - АООП НОО ТНР) Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения школы №59 Приморского района Санкт – Петербурга (далее - ГБОУ школы № 59) для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ) с тяжелым нарушением речи (далее- ТНР).

**Физическая культура** — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. На курс «Физическая культура» в 4 классе отводится 66 часов (2 часа в неделю).

Данная программа создана с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, с учетом индивидуальных особенностей детей с ограниченными возможностями здоровья должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

**Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 4 класса ГБОУ №59 разработана в соответствии со следующими документами:**

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 № 1598 (далее – ФГОС начального общего образования обучающихся с ОВЗ);
- Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 23.12.2020 № 766 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную

аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 г. №254»;

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.11.2021 № 819 «Об утверждении порядка формирования перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования;
- Перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 №699;
- Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха, оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 (далее — СП 2.4.3648-20);
- Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 (далее — СанПиН 1.2.3685-21);
- Адаптированной основной общеобразовательной программой ОУ для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с тяжелыми нарушениями речи (Приказ от 10.06.2016 №40/1) с последними внесенными изменениями (приказ №37 от 05.06.2023).

В соответствии с требованиями ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ реализуется АООП НОО обучающихся с ТНР вариант 5.2. Для реализации данной программы используется учебно-методический комплекс «Школа России» под редакцией, утверждённый приказом директора ОУ от 26.01.2017 №7/6.

Содержание образования на начальном уровне обучения обеспечивает введение в действие и реализацию требований ФГОС начального общего образования, обеспечивает целостное восприятие мира, деятельностный подход и индивидуализацию обучения по каждому предмету.

Основным средством реализации деятельностного подхода в образовании является обучение, как процесс организации познавательной и предметно-практической деятельности обучающихся с ТНР, обеспечивающий овладение ими содержанием образования.

Рабочая программа может реализовываться с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при проведении учебных занятий, текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации в

соответствии с Положением «Об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

## 2. Общая характеристика учебного предмета.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» 4 класс разработана на основе Примерной программы начального общего образования по физической культуре для общеобразовательных учреждений (УМК «Школа России») В.И. Ляха, А.А. Зданевича, М.: Комплексная программа воспитания обучающихся 1-11-х классов, -М.: Просвещение, 2012г.

Целью школьного физического воспитания (практическая часть) в 4 классе является содействие всестороннему и гармоничному развитию личности. Это понятие включает в себя крепкое здоровье, соответствующий уровень развития двигательных способностей и физического развития, необходимые знания и навыки в области физической культуры, мотивы и умения осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Основными задачами программы по физической культуре для обучающихся с ТНР являются:

- формирование начальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
- укрепление здоровья обучающихся с ОВЗ, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, выработка устойчивости, приспособленности организма к неблагоприятным условиям внешней среды;
- содействие гармоничному физическому развитию;
- повышение физической и умственной работоспособности;
- овладение школой движения;
- развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и двигательных способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, сознательное их применение в целях отдыха, тренировки, укрепления здоровья;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к одноклассникам, умения взаимодействовать с ними в процессе занятий;
- воспитание нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Универсальными компетенциями обучающихся на этапе начального образования по физической культуре являются:

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

В результате обучения, обучающиеся на уровне начального общего образования:

- начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития и физической подготовленности, для трудовой деятельности, военной практики;
- начнут осознанно использовать знания, полученные в курсе «Физическая культура», при планировании и соблюдении режима дня, выполнении физических упражнений и во время подвижных игр на досуге;
- узнают о положительном влиянии занятий физическими упражнениями на развитие систем дыхания и кровообращения, поймут необходимость и смысл проведения простейших закаливающих процедур. Обучающиеся:
- освоят первичные навыки и умения по организации и проведению утренней зарядки, физкультурно-оздоровительных мероприятий в течение учебного дня, во время подвижных игр в помещении и на открытом воздухе;
- научатся составлять комплексы оздоровительных и общеразвивающих упражнений, использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование;
- освоят правила поведения и безопасности во время занятий физическими упражнениями, правила подбора одежды и обуви в зависимости от условий проведения занятий;
- научатся наблюдать за изменением собственного роста, массы тела и показателей развития основных физических качеств; оценивать величину физической нагрузки по частоте пульса во время выполнения физических упражнений;
- научатся выполнять комплексы специальных упражнений, направленных на формирование правильной осанки, профилактику нарушения зрения, развитие систем дыхания и кровообращения;
- приобретут жизненно важные двигательные навыки и умения, необходимые для жизнедеятельности каждого человека: бегать и прыгать различными способами; метать и бросать мячи; лазать и перелезать через препятствия; выполнять акробатические и гимнастические упражнения, простейшие комбинации; будут демонстрировать постоянный прирост показателей развития основных физических качеств;
- освоят навыки организации и проведения подвижных игр, элементы и простейшие технические действия игр в футбол, баскетбол и волейбол; в процессе игровой и соревновательной деятельности будут использовать навыки коллективного общения и взаимодействия.

В содержании программы учебного предмета «Физическая культура» выделяются следующие разделы: «Знания о физической культуре», «Способы физкультурной деятельности», «Физическое совершенствование».

Знания о физической культуре. Понятия: эстафета, команды «старт», «финиш»; темп, длительность бега. Влияние бега на состояние здоровья, элементарные сведения о правилах соревнований в беге, прыжках и метаниях, техника безопасности на занятиях. Название снарядов и гимнастических элементов. Признаки правильной ходьбы, бега, прыжков, осанки. Значение напряжения и расслабления мышц. Название и правила игр, инвентарь, оборудование, организация. Правила проведения и безопасность. Приемы закаливания. Способы саморегуляции и самоконтроля. Водные процедуры. Овладение приемами саморегуляции, связанными с умением расслабляться и напрягать мышцы. Контроль и регуляция движений. Тестирование физических способностей. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря.

Из истории развития физической культуры. История развития физической культуры и первых соревнований. Особенности физической культуры разных народов. Связь физической культуры с трудовой и военной деятельностью.

Физические упражнения. Комплексы упражнений на развитие физических качеств и правила их выполнения. Обучение движениям. Эмоции и их регулирование в процессе занятий физическими упражнениями. Выполнение жизненно важных навыков различными способами и с изменением амплитуды. Контроль за правильностью выполнения физических упражнений, тестирование физических качеств.

Способы физкультурной деятельности.

Легкая атлетика. Техника безопасности при выполнении физических упражнений в спортивном зале, на физкультурной площадке. Требования к обуви и форме.

Бег: с высоким подниманием бедра, прыжками с ускорением, высокий старт с последующим ускорением; бег с изменением длины и частоты шагов; приставными шагами правым, левым боком вперед; с захлестыванием голени назад; бег до 6-8 минут; бег в коридорчике 30 – 40 см из различных ИП с максимальной скоростью до 60 метров, с изменением скорости, с прыжками через условные рвы под звуковые и световые сигналы; бег с вращением вокруг своей оси на полусогнутых ногах, зигзагом, в парах; круговая эстафета 15 – 30 метров, встречная эстафета 10 – 20 метров; бег с ускорением от 20 до 30 метров; соревнования (до 60 метров).

Прыжки: на заданную длину по ориентирам; на расстояние 60-110 см в полосу приземления шириной 30 см.; чередование прыжков в длину с места в полную силу и вполосилы (на точность приземления); с высоты до 70 см. с поворотом в воздухе на 90-120 градусов и точным приземлением в квадрат; в длину с разбега (согнув ноги); в высоту с прямого и бокового разбега; многоскоки (тройной, пятерной, десятерной).

Метание: теннисного мяча с места, из положения стоя боком в направлении метания, левая (правая) нога впереди на точность, дальность и заданное расстояние; в горизонтальную и вертикальную цель 1,5 x 1,5 метра с расстояния 5 – 6 метров; бросок набивного мяча 1 кг из положения стоя грудью в направлении метания двумя руками от груди, из-за головы вперед-вверх, снизу вперед-вверх на дальность и заданное расстояние с места; то же с шага на дальность и заданное расстояние.

Гимнастика с элементами акробатики. Техника безопасности при выполнении физических упражнений в спортивном зале, на физкультурной площадке. Требования к обуви и форме.

Организующие команды и приемы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд: «Становись!», «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно!», рапорт учителю; повороты кругом на месте; расчет по порядку; перестроение из одной шеренги в три уступами; из одной колонны по одному в колонну по три и четыре в движении с поворотом.

Акробатические упражнения. Упражнения в группировке: кувырок назад; кувырок вперед; кувырок назад и перекатом стойка на лопатках; мост с помощью и самостоятельно. Комбинация из освоенных элементов.

Висы и упоры: вис завесом; вис на согнутых руках, согнув ноги; на гимнастической стенке вис прогнувшись, подтягивание в вися, поднятие ног в вися. Комбинации из освоенных элементов на гимнастической стенке, бревне, скамейке.

Лазанье и перелезание: лазание по канату в три приема; перелезание через препятствия.

Опорный прыжок: опорные прыжки на горку из гимнастических матов, коня, козла; вскок в упор стоя на коленях и соскок взмахом рук.

Гимнастические упражнения прикладного характера. Прыжки со скакалкой. Передвижение по гимнастической стенке.

Равновесие: ходьба по бревну большими шагами и выпадами; ходьба на носках; повороты прыжком на 90 градусов и 180 градусов; опускание в упор стоя на колене (правом, левом).

Подвижные игры. Техника безопасности при выполнении физических упражнений в спортивном зале, на физкультурной площадке. Требования к обуви и форме.

На основе легкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На основе баскетбола и футбола: ловля и передача мяча на месте и в движении в треугольниках, квадратах, кругах; ведение мяча с изменением направления и скорости; броски по воротам с 3 – 4 метров и броски в цель, удары по воротам в футболе.

Строевые упражнения: команды "Становись!", "Равняйся!", "Смирно!", "Вольно!"; рапорт учителю; повороты кругом на месте; расчет по порядку; перестроение из одной шеренги в три уступами; из колонны по одному в колонну по три и четыре в движении с поворотом.

Общеразвивающие упражнения. С предметами: с большими и малыми мячами, гимнастической палкой, обручем, флажками.

Без предметов: основные положения и движения рук, ног, туловища, выполняемые на месте и в движении; сочетание движений ног, туловища с одноименными и разноименными движениями рук; комбинации общеразвивающих упражнений различной координационной сложности.

3. Место предмета в учебном плане.

Учебный предмет «Физическая культура» является составной частью предметной области «Физическая культура», изучается в 4-х классах. По учебному плану ГБОУ в 4-х классах учебный предмет «Физическая культура» реализуется за счет обязательной части учебного плана в объеме 68 часов (2 часа в неделю).

#### 4. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Базовым результатом образования в области физической культуры в 4-х классах является освоение обучающимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств обучающихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура». Учебный предмет «Физическая культура» является приоритетным для формирования коммуникативных, регулятивных, познавательных УУД.

Метапредметными результатами изучения курса «Физическая культура» является формирование следующих УУД:

##### *Коммуникативные:*

- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности; управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;
- формировать умение слушать и понимать других;
- уметь работать в группах.

##### *Регулятивные:*

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, организация места занятий.

##### *Познавательные:*

- уметь пользоваться информацией;
- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить выход из критического положения.

Предметные результаты освоения учебного предмета «Физической культуры» являются:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);



- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и другое), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- знание и умение соблюдать правила личной гигиены;
- овладение комплексами физических упражнений. Рекомендованных по состоянию здоровья, умение дозировать физическую нагрузку в соответствии с индивидуальными особенностями организма.

В 4-х классах на начальном уровне обучения отражены личностные компетенции и предметные результаты в образовательной программе образовательного учреждения и представлены в каждом разделе календарно-тематического планирования рабочей программы (п.7).

Характеристика результатов формирования УУД:

Универсальными компетенциями, обучающимися на этапе начального общего образования по физической культуре, являются:

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

Личностными результатами освоения, обучающимися содержания программы по физической культуре, являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, обучающимися содержания программы по физической культуре, являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта; — находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;

- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета "Физическая культура" обучающиеся должны:

Знания о физической культуре. Обучающийся научится:

- ориентироваться в понятиях «физическая культура», «режим дня»; характеризовать роль и значение утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз, уроков физической культуры, закаливания, прогулок на свежем воздухе, подвижных игр, занятий спортом для укрепления здоровья, развития основных систем организма;
- раскрывать на примерах (из истории, в том числе родного края, или из личного опыта) положительное влияние занятий физической культурой на физическое, личностное и социальное развитие;
- ориентироваться в понятии «физическая подготовка», характеризовать основные физические качества (силу, быстроту, выносливость, координацию, гибкость) и различать их между собой;
- организовывать места занятий физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.

Обучающийся получит возможность научиться:

- выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- характеризовать роль и значение режима дня в сохранении и укреплении здоровья; планировать и корректировать режим дня с учётом своей учебной и внешкольной деятельности, показателей своего здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Способы физкультурной деятельности.

Обучающийся научится:

- отбирать и выполнять комплексы упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- организовывать и проводить подвижные игры и соревнования во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдать правила взаимодействия с игроками;
- измерять показатели физического развития (рост, масса) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, гибкость), вести систематические наблюдения за их динамикой. Обучающийся получит возможность научиться:
- целенаправленно отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию физических качеств;
- выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах. Физическое совершенствование.

Обучающийся научится:

- выполнять упражнения по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнения на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости); оценивать величину нагрузки (большая, средняя, малая) по частоте пульса (с помощью специальной таблицы);
- выполнять тестовые упражнения на оценку динамики индивидуального развития основных физических качеств;
- выполнять организующие строевые команды и приёмы;
- выполнять легкоатлетические упражнения (бег, прыжки, метания и броски мяча разного веса и объёма);
- выполнять игровые действия и упражнения из подвижных игр разной функциональной направленности.

Обучающийся получит возможность научиться:

- сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение;
- выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации;
- играть в перестрелку по упрощённым правилам.

Физическая культура является обязательной и неотъемлемой частью общего образования на всех ступенях обучения. Увеличение количества учебных часов по предмету связано в первую очередь с низкими параметрами здоровья, уровня физической подготовленности, дефицита двигательной активности обучающихся в ОУ. В связи с этим содержание занятий направлено на то, чтобы содействовать всестороннему и гармоничному развитию обучающихся, обеспечить восстановление и укрепление их здоровья средствами физической культуры, способствовать расширению их двигательного опыта, формировать и развивать интерес к самостоятельным занятиям физической культурой.

Значение предмета для обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

В ходе занятий физической культурой у детей с ОВЗ происходит формирование либо коррекция уже имеющихся уровней физической подготовленности. В процессе занятий появляется возможность вести целенаправленную работу по развитию внимания, памяти и мышления. Это основные составляющие познавательной деятельности, так как познавательная деятельность у обучающихся с ОВЗ имеет свои особенности и тоже нуждается в коррекции. Так же в процессе занятий у обучающихся развивается пространственное воображение и умение ориентироваться в малом пространстве, развивается зрительное восприятие и мелкая моторика, совершенствуются коммуникативные навыки, умения совершать совместные действия.

При составлении рабочей программы использована авторская программа В.И. Ляха и А.А. Зданевича «Рабочая программа. Физкультура 1 – 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся 2-е издание: Волгоград: Учитель, 2013 г.».

Выбор авторской программы обусловлен тем, что она предполагает реализацию компетентностного, личностно ориентированного, деятельностного подхода к содержанию образования. В ней определены система уроков и педагогические средства, обозначены виды деятельности, спрогнозирован результат и уровень усвоения ключевых компетенций, продуманы формы контроля. Программа помогает спланировать образовательный процесс в рамках ФГОС, обеспечить формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств обучающихся.

Названные выше методологические и методические подходы к построению курса физической культуры позволяют представить его как целостное развивающееся, необходимое и полезное для обучающихся с ОВЗ умение. Они создают нужные условия для развития их личности, для укрепления их физического и психологического здоровья.

Основные виды деятельности обучающихся:

- фронтальное занятие;
- самостоятельная работа;
- индивидуальное выполнение задания;  работа со спортивным инвентарем;  работа в парах, группах.

Форма организации образовательного процесса: классно-урочная система, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Особенности реализации рабочей программы при обучении детей с ОВЗ:

Имея одинаковое содержание и задачи обучения, рабочая программа по физической культуре для детей с ОВЗ практически не отличается от программы массовой школы. Эти отличия заключаются в:

- том, что проверку умений обучающиеся с подготовительной группой здоровья проходят без учета нормативов;  оказании индивидуальной помощи обучающимся;
- коррекционной направленности каждого урока;
- отборе материала для урока: уменьшение объёма аналогичных заданий и подбор разноплановых заданий;  в использовании большого количества индивидуального спортивного инвентаря.

## 5. Содержание тем учебного курса

№ п/п	Вид программного материала	Классы
		4а
		Количество часов (уроков)
1.	Базовая часть	48
1.1.	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков
1.2.	Подвижные игры	10

1.3.	Гимнастика с элементами акробатики	16
1.4.	Легкая атлетика	22
1.5	Кроссовая подготовка	10
2.	Вариативная часть	10
2.1	Подвижные игры с элементами баскетбола	10
	Итого:	68

### 1. Контроль предметных результатов

Формы промежуточной и итоговой аттестации: обучающийся с ОВЗ имеет право проходить текущую, промежуточную аттестацию.

Формы проведения уроков: вводный урок, изучение нового материала, совершенствование, комбинированный, комплексный.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 30 м с высокого старта, с	6,0-5,5-5,0	6,0-5,7-5,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	135	130
	Сгибание рук в висе лежа, количество раз (девочки)	-	2-8-12
	Подтягивание в висе (мальчики)	1-3-5	
Выносливость	Бег 1000 м	Без учета времени	
Координация	Челночный бег 3x10 м	8,6-9,5-9,9	9,1-10,0-10,4
	Метание в цель из 5 попыток	1-2-3	

### 2. Календарно – тематическое планирование по физической культуре 4-х классов.

№ п/п	Дата	Тема урока	Элементы содержания	Планируемые результаты		
				Предметные	УУД	Личностные
1		Легкая атлетика. Ходьба и бег. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ Ходьба с изменением длины и частоты шага. Ходьба через препятствия. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью 20м. ОРУ. Игра «Пустое место». Развитие скоростных способностей.	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью 20м	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
2		Легкая атлетика. Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 20 м. Игра «Белые медведи». Развитие коростных способностей.	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью 20м	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
3		Легкая атлетика. Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 30м. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей.	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью 30м	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать

					<p>сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>
4		<p>Легкая атлетика. Ходьба и бег.</p>	<p>Ходьба через несколько препятствий. Бег с максимальной скоростью 30м. Игра «Команда быстроногих». Развитие скоростных способностей.</p>	<p>Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью 30м</p>	<p>Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>
5		<p>Легкая атлетика. Ходьба и бег.</p>	<p>Бег на результат 30 м. Развитие скоростных способностей. Игра «Смена сторон». Понятия «эстафета», «старт», «финиш».</p>	<p>Пробегать с максимальной скоростью 30м. на результат.</p>	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.</p>
6		<p>Легкая атлетика. Прыжки.</p>	<p>Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Гуси лебеди». Развитие скоростно-силовых качеств. Влияние бега на здоровье</p>	<p>Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>

					партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
7		Легкая атлетика. Прыжки. Прыжок в длину с места на результат. Прыжок с высоты 60 см. Игра «Лиса и куры». Развитие скоростно-силовых качеств	Прыгать в длину с места на результат.	Прыгать в длину с места на результат.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
8		Легкая атлетика. Прыжки. Прыжок в длину с разбега (с зоны отталкивания). Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках	Прыжок в длину с разбега (с зоны отталкивания). Многоскоки. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в беге, прыжках	Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
9		Легкая атлетика. Метание мяча. Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4-5 м. Игра «Попади в мяч». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании.	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4-5 м. Игра «Попади в мяч». Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании.	Правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы



					общему решению в совместной деятельности	
10		Легкая атлетика. Метание мяча.	Метание малого мяча с места на дальность. Метание в цель с 4-5 м. Игра «Попади в мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.	Правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
11		Легкая атлетика. Метание мяча.	Метание малого мяча с места на заданное расстояние. Метание набивного мяча. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств.	Правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч с места на заданное расстояние.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
12		Кроссовая подготовка. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ Бег 1 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы.	Бегать в равномерном темпе 1 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.

					Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
13		Кроссовая подготовка.	Бег 1 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Бегать в равномерном темпе 1 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы
14		Кроссовая подготовка.	Бег 1,5 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 80 м, ходьба -90 м). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе 1.5 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
15		Кроссовая подготовка.	Бег 1,5мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 80 м, ходьба -90 м). Игра	Бегать в равномерном темпе 1,5 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных

			«Волк во рву». Развитие выносливости		воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
16		Кроссовая подготовка.	Бег 2 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 80 м, ходьба -90 м). Игра «Волк во рву». Развитие выносливости	Бегать в равномерном темпе (2 мин; чередовать бег и ходьбу.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
17		Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
18		Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении	Понимают значение физического развития для человека и

			руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Что изменилось?». Развитие координационных способностей. Название снарядов и гимнастических элементов.	элементы отдельно и в комбинации	упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	принимают его; имеют желание учиться.
19	Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы	
20	Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	

21	Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
22	Гимнастика. Акробатика. Строевые упражнения.	Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже!», «На первый-второй рассчитайся!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. Стойка на лопатках. Мост из положения лежа на спине. ОРУ. Игра «Совушка». Развитие координационных способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
23	Гимнастика. Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис стоя и лежа. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять висы, подтягивания в висе	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
24	Гимнастика Висы Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис спиной к г/стенке поднимание согнутых и прямых ног. Упражнения в упоре	Выполнять строевые команды; выполнять упражнения в упоре, подтягивания в висе	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей;	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

			лежа на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Маскировка в колоннах». Развитие силовых способностей.		осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
25		Гимнастика. Висы Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Вис на согнутых руках. Подтягивания в висе лежа согнувшись, то же из седа ноги врозь. Упражнения в упоре лежа и стоя коленях и в упоре на гимнастической скамейке. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Космонавты». Развитие силовых способностей.	Выполнять строевые команды; выполнять упражнения в упоре, подтягивания в висе	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы
26		Гимнастика Висы. Строевые упражнения.	Построение в две шеренги. Перестроение из двух шеренг в два круга. Подтягивание на высокой перекладине из вися (м), на низкой перекладине из вися (д) на результат. ОРУ с обручами. Подвижная игра «Космонавты». Развитие силовых способностей	Выполнять строевые команды; выполнять подтягивание из вися на результат.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

27	Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Игра «Посадка картофеля». Развитие координационных способностей	Перелезть через гимнастического коня. Ходить по бревну.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
28	Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей	Перелезть через гимнастического коня. Ходить по бревну.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
29	Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну (высота до 1 м). Перелезание через гимнастического коня. Игра «Не ошибись!». Развитие координационных способностей	Перелезть через гимнастического коня. Ходить по бревну.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.

					деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	
30		Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Резиночка». Развитие координационных способностей.	Перелезать через гимнастического коня.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы
31		Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.	Передвижение по диагонали, противходом, «змейкой». ОРУ. Перелезание через гимнастического коня. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Резиночка». Развитие координационных способностей. Олимпийские игры: история возникновения.	Лазать по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе



32		<p>Гимнастика. Опорный прыжок, лазание, упражнения в равновесии.</p>	<p>Передвижение по диагонали, противоходом, «змейкой». ОРУ. Лазание по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками. Игра «Аисты». Развитие координационных способностей</p>	<p>Лазать по наклонной скамейке в упоре лежа, подтягиваясь руками.</p>	<p>Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций</p>
----	--	--	--	--	---	---

33		<p>Подвижные игры на основе баскетбола. Инструктаж по ТБ</p>	<p>Инструктаж по ТБ ОРУ с обручами. Ловить и передавать мяч на месте и в движении. Игры «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.</p>	<p>Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть в подвижные игры с мячом.</p>	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	<p>Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>
----	--	--	--	--	--	--

34		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ с обручами. Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Игра «Гонка мячей по кругу». Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.
----	--	--------------------------------------	---	---	---	---

35		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ в движении. Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть в подвижные игры с мячом.	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
----	--	--------------------------------------	---	---	---	---

36		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ в движении. Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть " Овладей мячом" Развитие скоростно-силовых способностей	Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
37		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ с мячами. Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Игры «Мяч ловцу», "Подвижная цель". Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы

38		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Игры «Мяч ловцу», "Подвижная цель". Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Ловить и передавать мяч на месте и в движении в треугольниках, квадрате и в кругу. Играть в подвижные игры с мячом	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
39		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Охотники и утки". Эстафеты с мячами.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
40		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Охотники и утки". Эстафеты с мячами.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

41		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ Ведение мяча с изменением направления. Игры "Охотники и утки". Эстафеты с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p>Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.
42		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Быстро и точно". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы

43	Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Быстро и точно". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
44	Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Быстро и точно". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей ей	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
45	Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Быстро и точно". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей



46		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Снайперы". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.
47		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Снайперы". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

48		Подвижные на основе баскетбола игры	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Снайперы". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	<p>Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы
----	--	-------------------------------------	---	--	--	--

49		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Челночный бег 3X10м. Игры "Снайперы". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	<p>Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p>Регулятивные: принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности</p>	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
----	--	--------------------------------------	---	--	--	--

50		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Челночный бег 3X10м на результат. Игры "Снайперы". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
----	--	--------------------------------------	--	--	--	---

51		Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Игры с ведением мяча". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	<p>Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p>Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль.</p> <p>Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии</p>	<p>Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе</p>
----	--	--------------------------------------	---	--	---	--

52	Подвижные игры на основе баскетбола.	ОРУ. Ведение мяча с изменением направления. Игры "Игры с ведением мяча". Эстафеты с мячом. Развитие скоростно-силовых способностей. Современное Олимпийское движение.	Вести мяч с изменением направления. Играть в подвижные игры с мячом.	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы
53	Легкая атлетика. Ходьба и бег. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по Т.Б. Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 30 м. ОРУ. Игра «Белые медведи». Развитие скоростных способностей.	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 30м	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.
54	Легкая атлетика. Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 30 м. ОРУ. Игра «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 30м	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

55	Легкая атлетика. Ходьба и бег.	Ходьба через несколько препятствий. Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью 30 м. ОРУ. Игра «Эстафета зверей». Развитие скоростных способностей	Правильно выполнять движения при ходьбе и беге; бегать с максимальной скоростью 30м	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
56	Легкая атлетика. Ходьба и бег.	Бег на результат 30м. Развитие скоростных способностей. ОРУ. Игра «Смена сторон». Развитие скоростных способностей	Бегать с максимальной скоростью 30м на результат.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
57	Легкая атлетика. Прыжки.	Прыжок в длину. ОРУ. Игра "Удочка". Развитие скоростно-силовых качеств	Прыгать в длину с места на результат.	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы

					партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	
58		Легкая Прыжки. атлетика.	Прыжок в длину с места на результат. Многоскоки. ОРУ. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в прыжках с места.	Познавательные: ориентируются в разнообразии способов решения задач. Регулятивные: адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Понимают значение физического развития для человека и принимают его; имеют желание учиться.
59		Легкая атлетика. Прыжки.	Прыжок в длину с разбега. Многоскоки. ОРУ. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в прыжках в длину с разбега.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60		Легкая Прыжки. атлетика.	Прыжок в длину с разбега на результат. Многоскоки. ОРУ. Игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в прыжках в длину с разбега.	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе



					общему решению в совместной деятельности	
61		Легкая атлетика. Метание мяча.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. ОРУ. Игра «Точный расчет». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние.	Познавательные: используют общие приемы решения поставленных задач. Регулятивные: принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участии в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии	Развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
62		Легкая атлетика. Метание мяча.	Метание малого мяча с места на дальность и на заданное расстояние. ОРУ. Игра «Прыгающие воробушки». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в метании различными способами; метать мяч на дальность и на заданное расстояние	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей

63		Легкая атлетика. Метание мяча.	Метание в цель с 4-5 м. ОРУ. Игра «Зайцы в огороде». Развитие скоростно-силовых качеств	Правильно выполнять движения в метании в цель.	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы
64		Кроссовая подготовка. Инструктаж по ТБ	Инструктаж по ТБ. Бег 1 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). ОРУ. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Бегать в равномерном темпе 1 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). ОРУ. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Кроссовая подготовка.
65		Кроссовая подготовка.	Бег 1 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). ОРУ. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Измерение роста, веса, силы	Бегать в равномерном темпе 1 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Кроссовая подготовка.

66		Кроссовая подготовка.	Бег 1,5мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). ОРУ. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Бегать в равномерном темпе 1,5 мин; чередовать бег и ходьбу	Познавательные: самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. Коммуникативные: задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Кроссовая подготовка.
67		Кроссовая подготовка.	Бег 1,5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). ОРУ. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости.	Бегать в равномерном темпе 1,5мин; чередовать бег и ходьбу	<i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Кроссовая подготовка.
68		Кроссовая подготовка.	Бег 1,5 мин. Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег - 70 м, ходьба 100 м). ОРУ. Игра «Салки на марше». Развитие выносливости. Влияние бега на здоровье.	Бегать в равномерном темпе 1,5 мин; чередовать бег и ходьбу	<i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности	Оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить с ними общий язык и общие интересы

### 3. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса соответствует требованиям, предъявляемым к организации образовательного процесса и обеспечивает реализацию рабочей программы по предмету.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Основная школа	Примечание
Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)			
1	Федеральный Государственный образовательный стандарт начального общего образования (1-4 кл.)		
2	<i>Литература для учеников:</i> Лях В.И. Физическая культура. Учебник 1-4 кл. М.: Просвещение, 2013 г. ФГОС		
3	<i>Методические пособия и дополнительная литература для учителя:</i> 1. Лях В.И. Рабочая программа по физической культуре. Пособие для учителей – М.: Просвещение, 2012. 2. Рабочая программа. Физкультура 1 – 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича 2-е издание: Волгоград: Учитель, 2013. 3. Матвеев А.П. Методика физического воспитания в начальной школе, М.: ВЛАДОС, 2003 4. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре, 1 - 4 классы, 2-е издание. – М.: ВАКО, 2005. 5. Креминская М.М. Сборник программ по физической культуре для образовательных организаций, реализующих адаптивные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья, 1 – 12 классы. - СПб.: Владос Северо-Запад, 2013. 6. А.А. Потапчук, С.В. Матвеев, М.Д. Дидур Лечебная физическая культура в детском возрасте. – СПб.: Речь, 2007. 7. Под общ. ред. М.Ю. Ушаковой Программа по физической культуре. Специальная медицинская группа. 1 – 11 классы. – М.: Глобус, 2010.		
	8. А.П. Матвеев, М.В. Малыгина Физическая культура 1 класс. Методические рекомендации. - М.; Дрофа, 2004		

4	<i>Дополнительная литература для родителей обучающихся:</i> 1. Литвинов Е.Н. «Физкультура! Физкультура!». М.: Просвещение, 1999 год.		
	2. Информационно-коммуникативные средства		
1	<a href="http://my.1september.ru/registration/">my.1september.ru/registration/</a>		
	3. Спортивный инвентарь		
1	Бревно гимнастическое напольное	1	
2	Стенка гимнастическая	10	
3	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	2	
4	Комплект навесного оборудования (мишени для метания)	2	
5	Мячи: теннисный, малый мяч (мягкий)	4	
6	Скакалка детская	10	
7	Палки гимнастические	20	
8	Мат гимнастический	10	
9	Кегли	10	
10	Обруч пластиковый детский	5	
11	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	3	
12	Рулетка измерительная	1	
13	Аптечка	1	

9. Лист корректировки 4а  
класс

№ п/п	№ п/т	Тема урока	Основные элементы содержания	Планируемые результаты обучения (предметные)	Сроки проведения
